



UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR  
Ciências Sociais e Humanas

# **Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico: Impacto na saúde mental**

**Joana Filipa Vieira de Almeida**

Dissertação para obtenção do Grau de Mestre em  
**Psicologia Clínica e da Saúde**  
(2º ciclo de estudos)

Orientadora: Prof. Doutora Ana Cunha

Covilhã, outubro de 2014

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

## **Dedicatória**

É com o maior orgulho que dedico esta dissertação aos grandes pilares da minha vida: o meu avô Néu e a minha mãe!

Obrigada pela riqueza dos vossos ensinamentos e por me tornarem na pessoa que sou hoje. Do fundo do meu coração, um enorme obrigada por serem a minha âncora, o meu porto-seguro!

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

## Agradecimentos

Agradeço a todos aqueles que contribuíram para a realização desta dissertação, em especial:

À Professora Dra. Ana Cunha, que orientou todo este trabalho com a maior das dedicações. Um eterno obrigada por todo o seu apoio, palavras sábias e paciência. Um enorme obrigada por estar sempre pronta a ajudar, e por me encorajar a melhorar cada vez mais.

Ao Departamento de Psicologia e Educação e em especial à UBI, por me terem possibilitado o meu crescimento profissional e também pessoal, sem não esquecer a contribuição de todos os docentes para o meu crescimento e aquisição de competências.

A todas as pessoas que disponibilizaram um pouco do seu tempo para responder ao questionário, permitindo desta forma mais um pequeno contributo para a investigação na área do conflito trabalho-família.

À minha mãe, que move montanhas e separa oceanos para me ver sorrir e triunfar. És a minha melhor amiga e todos os dias me provas a mulher valente que és. Um muito obrigado pela tua dedicação, escuta exaustiva, ternura, afeto, apoio incondicional e palavras sábias durante todos estes anos, particularmente neste último ano, que apesar de compensador também foi acompanhado de alguns momentos de desânimo. Obrigada por estares sempre “aqui” e por nunca me deixares desistir!

Aos meus queridos avós, pela presença constante, amor, ternura e afeto durante todos estes anos. À minha avó Milu, que é a melhor do mundo, obrigada por estares sempre aqui e por todos os teus ensinamentos. Estiveste sempre para mim e mesmo com esse teu jeito especial de ser, encheste-me sempre de coragem e esperança durante todo o meu percurso, especialmente neste ano. Ao meu avô Néu, torna-se complicado passar para a escrita aquilo que representa para mim. És a minha âncora, o meu refúgio, o meu pilar. És a bussola que me orienta quando me perco no “mar”, e estás sempre a guiar-me. Obrigada por me ensinares que cada passo a caminho do êxito deve ser acompanhado de dois em direção à humildade. Aos dois, amo-vos!

Ao meu pai, um enorme obrigada pelo tempo que disponibilizou a ajudar-me na recolha de dados.

Ao meu namorado e melhor amigo. Não estivemos presentes durante todo o nosso percurso académico, mas sinto que fizeste sempre parte de mim! Obrigada pela partilha de tão bons momentos e por estares sempre a meu lado sobretudo no decorrer deste ano, que apesar de tão gratificante também teve momentos menos bons. A tua presença foi indispensável neste caminho e contigo tudo se torna mais fácil. Obrigada pelos sorrisos, pelo carinho, pela força e pelo teu amor que me fazem querer ir sempre mais além. Obrigada por acreditares sempre em mim e por me fazeres tão feliz.

Á minha irmã do coração, Ana Vieira, pela sua constante ajuda ao longo deste último ano. Não sei como agradecer as horas que disponibilizaste à minha recolha de dados e também a

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

auxiliar-me na introdução dos mesmos. Obrigada por estares sempre lá, por me ouvires, por partilhares momentos tão ricos comigo e por me dares o teu ombro em momentos menos bons. É nesses mesmos momentos que vemos quem são os nossos melhores amigos, os nossos irmãos. E tu tornaste-te uma pessoa muito especial. Estou “cá” à tua espera para brindarmos a esta tão boa etapa da minha vida!

Aos meus grandes amigos de uma vida Rui Santos, Luciana Santos e Armando Santos um muito obrigada pela partilha de momentos tão bons ao longo da minha vida. Ao Rui, um enorme obrigada pelos sorrisos, pelas lágrimas, pelas corridas e pelas brincadeiras. Ficarão para sempre no meu coração os TÃO bons momentos (e engraçados) que vivemos juntos. À Luciana, a pessoa que me acompanhou neste percurso desde o primeiro dia do meu primeiro ano! Engraçado como se fôssemos irmãs não seríamos tão parecidas. Obrigada por me acompanhares sempre, e por me teres protegido em momentos que jamais esquecerei. Ao Armando, obrigada pela tua calma, serenidade e por seres um ser tão especial para mim e para a minha mãe! Obrigada, adoro-vos!

Á minha grande amiga Helena Santos, que é mais do que família. Obrigada pela tua ajuda preciosa ao longo deste meu caminho, por me tratares como uma verdadeira filha e por estares sempre disposta a ouvir os meus sucessos e também as minhas fraquezas. Tu e os teus são parte da minha família!

A todas as estrelinhas que tanto me auxiliaram ao longo deste percurso académico e pessoal. Obrigada por contribuírem para a realização deste desejado trabalho!

Á minha Zara, que demonstra à sua maneira todo o seu amor por mim a cada dia que passa.

Por fim, e não menos importante, a Deus e à N. Sr.<sup>a</sup> de Fátima, por caminharem sempre do meu lado, por me apoiarem em todas as minhas decisões e iluminarem sempre o meu caminho. Um enorme obrigada por me encherem o coração de fé, força e esperança todos os dias, e por me ajudarem a chegar à meta que sempre desejei atingir.

## Resumo

O conflito entre o trabalho e a família trata-se de um *stressor* laboral que acarreta profundas consequências ao nível da saúde mental e que se tem vindo a tornar cada vez mais prevalente devido à atual crise económica e social. Apesar de existirem estudos neste sentido, poucos são aqueles que avaliam o impacto da perceção de *stress* económico no conflito entre estes domínios, estando portanto esta temática longe de ser definida e compreendida na sua relação com a saúde mental.

Esta investigação tem como principal objetivo compreender o impacto da perceção de *stress* económico no conflito trabalho-família e família-trabalho, e perceber a associação entre este último e o nível de saúde mental. Procurou ainda averiguar possíveis fatores de risco para a doença mental, que em conjunto com o conflito entre o trabalho e a família, agravam os índices de saúde mental. De forma a atingir os objetivos delineados, utilizou-se um questionário sociodemográfico com a finalidade de apurar variáveis sociodemográficas e variáveis relativas à perceção de *stress* económico. Administrou-se os fatores extraídos (CTF e CFT) de uma subescala da escala Trabalho-Família com o fim de avaliar os níveis de conflito trabalho-família e família-trabalho. Por último, empregou-se com o objetivo de avaliar a saúde mental o Inventário de Saúde Mental-5. O presente estudo empírico é de natureza quantitativa, de cariz transversal, descritivo e correlacional.

Para a realização da presente investigação, recorreu-se a um processo de amostragem não probabilístico ou por conveniência, na qual participaram 287 indivíduos com idades compreendidas entre os 18 e os 67 anos de idade ( $\bar{X}=37.51$ ), dos quais 101 pertenciam ao sexo masculino (35.3%) e 185 ao feminino (64.7%).

O nosso estudo empírico veio corroborar dados obtidos em pesquisas anteriores, embora tenham sido encontradas também algumas divergências. Principais conclusões sugerem que sujeitos que percecionam que o rendimento não permite satisfazer as principais necessidades da família reportam maiores níveis de conflito entre o trabalho e a família; a saúde mental encontra-se negativamente associada ao conflito trabalho-família e família-trabalho; prevê-se que o género feminino reporte piores índices de saúde mental do que o masculino mantendo constante os mesmos níveis de conflito trabalho-família e família-trabalho. Prevê-se ainda que sujeitos insatisfeitos relativamente à sua remuneração reportem piores níveis de saúde mental do que indivíduos satisfeitos quando são mantidos os mesmos níveis de conflito trabalho-família e família-trabalho.

## Palavras-chave

Conflito família-trabalho, Conflito trabalho-família, Família, Saúde Mental, *Stress* económico e Trabalho

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

## Abstract

The conflict between work and family it is work stressor that leads to profound consequences in terms of mental health and that has become increasingly prevalent due to current economic and social crisis. Although there are studies in this direction, only few assess the impact of perceived stress on economic conflict between these areas, being this theme still poorly defined and understood in this relation with mental health.

This research aims to understand the impact of perceived economic stress in the work-to-family and family-to-work conflict, and realize the association between the latter concept and the level of mental health. Also seeks to investigate possible risk factors for mental illness, which together with the conflict between work and family, exacerbate mental health indices. To achieve the proposed goals, we used a sociodemographic questionnaire in order to ascertain sociodemographic variables and variables related to perceived economic stress. To assess the levels of work-to-family and family-to-work conflict we administered the extracted factors (CTF and CFT) of a subscale of Work-Family scale. Finally, in order to assess the mental health we used the Inventory of Mental Health-5. This empirical study is quantitative, cross-sectional, descriptive and correlational nature

For the accomplishment of this research, we used a non-probabilistic or by convenience sampling process, attended by 287 individuals aged between 18 and 67 years old ( $\bar{x} = 37.51$ ), which 101 were male (35.3%) and 185 female (64.7%).

Our empirical study corroborated data obtained in previous research, although were also found some differences. Main conclusions suggest that individuals who perceive that they are unable to meet the main needs of families report higher levels of conflict between work and family; mental health is negatively associated with work-to-family and family-to-work conflict; it is expected that females report worse levels of mental health than males maintaining the same levels of work-to-family and family-to-work conflict. It is also expected that dissatisfied people about their remuneration report poorer levels of mental health than satisfied people when the same levels of work-to-family and family-to-work conflict are kept.

## Keywords

Family-to-Work Conflict, Work-to-Family Conflict, Family, Mental Health, Economic stress and Work

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

## Índice

Dedicatória.....	iii
Agradecimentos .....	v
Resumo .....	vii
Abstract.....	ix
Lista de Figuras.....	xiii
Lista de Acrónimos.....	xvii
Introdução.....	1
Parte I - Estado da Arte.....	5
Capítulo I- Fundamentação teórica.....	7
1.1. Conceptualização da área trabalho-família.....	7
1.1.1. A relação trabalho-família .....	7
1.1.2. Mecanismos explicativos da relação entre o trabalho e a família .....	8
1.1.2.1. Segmentação .....	9
1.1.2.2. Compensação.....	9
1.1.2.3. Congruência .....	10
1.1.2.4. <i>Spillover</i> .....	10
1.1.2.5. Teoria da Conservação de Recursos .....	10
1.1.2.6. Teoria do Papel .....	11
1.1.2.7. Teoria dos Sistemas Ecológicos .....	12
1.1.3. Natureza Bidirecional do conflito entre o trabalho e a família .....	13
1.1.4. Antecedentes do conflito entre o trabalho e a família .....	14
1.1.5. Consequências do conflito entre o trabalho e a família.....	16
1.2. Perceção de <i>stress</i> económico no conflito entre o trabalho e a família.....	18
1.2.1. A atual crise económica .....	18
1.2.2. Perceção de <i>stress</i> económico .....	19
1.2.3. Estudos sobre Perceção de <i>stress</i> económico e conflito entre o trabalho e a família .....	20
1.3. A Ligação entre trabalho, família e saúde mental.....	21
1.3.1. A saúde mental e o trabalho.....	21
1.3.2. Outros fatores de risco da doença mental .....	23
1.3.3. Estudos sobre saúde mental e conflito entre trabalho e família.....	25
1.4. Súmula Integrativa .....	26
Parte II - Estudo Empírico .....	29
Capítulo II - Material e Método .....	31
2.1. Apresentação do estudo e objetivos .....	31
2.2. Hipóteses.....	31
2.3. Variáveis em estudo.....	35
2.4. Desenho da investigação .....	36
2.5. Participantes .....	37
2.6. Caracterização da amostra .....	37
2.7. Instrumentos.....	42
2.8. Descrição e fiabilidade dos instrumentos .....	44
2.9. Procedimentos .....	45
2.10. Análise Estatística .....	46
Capítulo III - Apresentação dos resultados .....	48
3.1. Análise Fatorial Exploratória .....	48
3.2. Relação entre perceção de <i>stress</i> económico, conflito trabalho-família e família-trabalho .....	49
3.3. Relação entre saúde mental e conflito trabalho-família e família-trabalho.....	51
H <sub>3a</sub> : Níveis mais baixos de saúde mental encontram-se relacionados com níveis mais altos de conflito trabalho-família. ....	51
3.4. Relação entre níveis de saúde mental, conflito trabalho-família, família-trabalho e variáveis sociodemográficas .....	52
Capítulo IV - Discussão e principais implicações .....	86
4.1. Discussão dos resultados .....	86
4.2. Principais Conclusões .....	93
Referências Bibliográficas.....	97

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

Anexos ..... 105

## Lista de Figuras

<b>Figura I:</b> Gráfico de dispersão ( <i>Scatterplot</i> ) do modelo 2	54
<b>Figura II:</b> Histograma dos resíduos estandardizados e gráfico normal <i>P-P Plot</i> do modelo 2	55
<b>Figura III:</b> Gráfico de dispersão ( <i>Scatterplot</i> ) do modelo 4	57
<b>Figura IV:</b> Histograma dos resíduos estandardizados e gráfico normal <i>P-P Plot</i> do modelo 4	58
<b>Figura V:</b> Gráfico de dispersão ( <i>Scatterplot</i> ) do modelo 6	60
<b>Figura VI:</b> Histograma dos resíduos estandardizados e gráfico normal <i>P-P Plot</i> do modelo 6	60
<b>Figura VII:</b> Gráfico de dispersão ( <i>Scatterplot</i> ) do modelo 8	63
<b>Figura VIII:</b> Histograma dos resíduos estandardizados e gráfico normal <i>P-P Plot</i> do modelo 8	63
<b>Figura IX:</b> Gráfico de dispersão ( <i>Scatterplot</i> ) do modelo 10	66
<b>Figura X:</b> Histograma dos resíduos estandardizados e gráfico normal <i>P-P Plot</i> do modelo 10	66
<b>Figura XI:</b> Gráfico de dispersão ( <i>Scatterplot</i> ) do modelo 12	69
<b>Figura XII:</b> Histograma dos resíduos estandardizados e gráfico normal <i>P-P Plot</i> do modelo 12	69
<b>Figura XIII:</b> Gráfico de dispersão ( <i>Scatterplot</i> ) do modelo 14	71
<b>Figura XIV:</b> Histograma dos resíduos estandardizados e gráfico normal <i>P-P Plot</i> do modelo 14	72
<b>Figura XV:</b> Gráfico de dispersão ( <i>Scatterplot</i> ) do modelo 16	73
<b>Figura XVI:</b> Histograma dos resíduos estandardizados e gráfico normal <i>P-P Plot</i> do modelo 16	74
<b>Figura XVII:</b> Gráfico de dispersão ( <i>Scatterplot</i> ) do modelo 18	76
<b>Figura XVIII:</b> Histograma dos resíduos estandardizados e gráfico normal <i>P-P Plot</i> do modelo 18	76
<b>Figura XIX:</b> Gráfico de dispersão ( <i>Scatterplot</i> ) do modelo 20	78
<b>Figura XX:</b> Histograma dos resíduos estandardizados e gráfico normal <i>P-P Plot</i> do modelo 20	79
<b>Figura XXI:</b> Gráfico de dispersão ( <i>Scatterplot</i> ) do modelo 22	81
<b>Figura XXII:</b> Histograma dos resíduos estandardizados e gráfico normal <i>P-P Plot</i> do modelo 22	82

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

<b>Figura XXIII:</b> Gráfico de dispersão ( <i>Scatterplot</i> ) do modelo 24	84
<b>Figura XXIV:</b> Histograma com os resíduos estandardizados e gráfico normal <i>P-P Plot</i> do modelo 24	85

## Lista de Tabelas

<b>Tabela I:</b> Caracterização da amostra em função da idade, sexo, nacionalidade, profissão e habilitações literárias.	38
<b>Tabela II:</b> Caracterização da amostra em função da situação profissional, contrato de trabalho, tempo de trabalho (em meses), tempo médio passado por dia no local de trabalho e da remuneração líquida mensal.	40
<b>Tabela III:</b> Caracterização da amostra em função do estado civil, do <i>status</i> parental e se reside ou não sozinho.	41
<b>Tabela IV:</b> Caracterização da amostra em função dos níveis de saúde mental.	41
<b>Tabela V:</b> Alpha de Cronbach para os fatores extraídos da subsescala 1.1 da escala T-F (CTF e CFT) e para o MHI5.	44
<b>Tabela VI:</b> Resultados obtidos com o <i>t-student</i> para a comparação dos níveis médios de conflito trabalho-família (CTF) entre indivíduos que percecionam satisfazer e não satisfazer as principais necessidades da família (N=267).	49
<b>Tabela VII:</b> Resultados obtidos com o <i>Man-Whitney</i> para a comparação das ordens médias do conflito família-trabalho (CFT) entre indivíduos que percecionam satisfazer e não satisfazer as principais necessidades da família (N=267).	50
<b>Tabela VIII:</b> Resultados obtidos com o teste ANOVA para a comparação dos níveis médios de conflito trabalho-família (CTF) de acordo com a variável avaliação do decréscimo do rendimento (N=185).	51
<b>Tabela IX:</b> Resultados obtidos com o teste Kruskal-Wallis para a comparação das ordens médias de conflito família-trabalho (CFT) de acordo com a variável avaliação do decréscimo do rendimento (N=185).	51
<b>Tabela X:</b> Resultados da correlação de <i>Pearson</i> entre a saúde mental (MHI-5) e o conflito trabalho-família (CTF) (N=287).	52
<b>Tabela XI:</b> Resultados da correlação de <i>Spearman</i> entre a saúde mental (MHI-5) e o conflito família-trabalho (CFT) (N=287).	52
<b>Tabela XII:</b> Coeficientes de regressão e estatísticas dos modelos 1 e 2.	54
<b>Tabela XIII:</b> Principais conclusões do modelo 2.	55
<b>Tabela XIV:</b> Coeficientes de regressão e estatísticas dos modelos 3 e 4.	56
<b>Tabela XV:</b> Principais conclusões do modelo 4.	58

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

<b>Tabela XVI:</b> Coeficientes de regressão e estatísticas do modelo 5 e 6.	59
<b>Tabela XVII:</b> Principais conclusões do modelo 6.	61
<b>Tabela XVIII:</b> Coeficientes de regressão e estatísticas do modelo 7 e 8.	62
<b>Tabela XIX:</b> Principais conclusões do modelo 8.	64
<b>Tabela XX:</b> Coeficientes de regressão e estatísticas do modelo 9 e 10.	65
<b>Tabela XXI:</b> Principais conclusões do modelo 10.	66
<b>Tabela XXII:</b> Coeficientes de regressão e estatísticas do modelo 11 e 12.	68
<b>Tabela XXIII:</b> Principais conclusões do modelo 12.	69
<b>Tabela XXIV:</b> Coeficientes de regressão e estatísticas do modelo 13 e 14.	70
<b>Tabela XXV:</b> Principais conclusões do modelo 14.	72
<b>Tabela XXVI:</b> Coeficientes de regressão e estatísticas do modelo 15 e 16.	73
<b>Tabela XXVII:</b> Principais conclusões do modelo 16.	74
<b>Tabela XXVIII:</b> Coeficientes de regressão e estatísticas do modelo 17 e 18.	75
<b>Tabela XXIX:</b> Principais conclusões do modelo 18.	77
<b>Tabela XXX:</b> Coeficientes de regressão e estatísticas do modelo 19 e 20.	77
<b>Tabela XXXI:</b> Principais conclusões do modelo 20.	79
<b>Tabela XXXII:</b> Coeficientes de regressão e estatísticas do modelo 21 e 22.	81
<b>Tabela XXXIII:</b> Principais conclusões do modelo 22.	82
<b>Tabela XXXIV:</b> Coeficientes de regressão e estatísticas do modelo 23 e 24.	84
<b>Tabela XXXV:</b> Principais conclusões do modelo 24.	85

## Lista de Acrónimos

CTF	Conflito Trabalho-Família
CFT	Conflito Família-Trabalho
EUSILC	Inquérito às condições de vida e rendimento
OMS	Organização Mundial de Saúde
UBI	Universidade da Beira Interior
MHI5	Inventário de Saúde Mental
AFE	Análise fatorial exploratória
MMQ	Método dos Mínimos Quadrados
MRLM	Modelo de Regressão Linear Múltipla
ACE	Grupo de Avaliação, Classificação e Epidemiologia

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

## Introdução

As múltiplas transformações sociais, culturais e económicas de que a nossa sociedade tem sido alvo (Matias, Silva & Fontaine, 2011), atraíram a atenção da literatura sobre a articulação das exigências dos domínios laboral e familiar ao longo das últimas três décadas (Greenhaus, 2008).

O aumento considerável do número de mulheres no mercado de trabalho, que se deveu às grandes exigências económicas e à necessidade de contribuir para a manutenção da família, foi uma das transformações que contribuiu para a proliferação de estudos empíricos acerca da relação trabalho-família (Matias et al., 2011). Associados a este fenómeno, deveram-se ainda outras mudanças socioculturais, como a emancipação feminina e o facto de muitas mulheres viverem sozinhas ou apenas com os filhos (Kozovitz, 2007 cit in Guimarães & Petean, 2012).

Em Portugal, as mulheres constituem nos dias de hoje 46.2% da população empregada (INE, 2014b), sendo que grande parte das mulheres que têm uma profissão são casadas (60.3%) (Amaro, 2014). A carreira profissional das mulheres portuguesas caracteriza-se como contínua e sem interrupções, mesmo quando estas são mães, sendo que 70,1% das mulheres com um filho se encontram empregadas, e 67,7% das mulheres com dois filhos também se encontram inseridas no mercado de trabalho (Eurostat, 2010 cit in Matias et al., 2011). Esta tendência demográfica tem vindo a modificar as formas de funcionamento das esferas laboral e familiar, conduzindo a questões relacionadas com a conciliação de tarefas profissionais e familiares (Perista, 2002 cit in Matias et al., 2011). O incessante aumento das responsabilidades quer da esfera laboral quer da esfera familiar, tem tornado a articulação entre as exigências dos dois domínios num verdadeiro desafio (Matias, Fontaine, Simão, Oliveira & Mendonça, 2010).

Por sua vez, o surgimento da economia de 24 horas (Presser, 2003 cit in Bianchi & Milkie, 2010) e as constantes mudanças no mundo do trabalho levaram à instalação de expectativas mais rígidas em relação ao fator “tempo”, que por sua vez aumentam a cada dia que passa (Bianchi & Milkie, 2010). A pressão relativamente ao fator tempo provocou a intensificação da flexibilização de onde e com quem ocorre o trabalho, sendo que os avanços tecnológicos facilitaram a resposta às novas exigências laborais, possibilitando a sua realização em diferentes contextos, o que esbateu as fronteiras entre os domínios laboral e familiar, afetando a capacidade dos trabalhadores para articularem as exigências das duas esferas (Kinnunen, Geurts & Mauno, 2004; Schieman, Milkie & Glavin, 2009; Dugan, Matthews & Barnes-Farrell, 2012).

Neste sentido, o aumento do interesse dos investigadores da área do trabalho e da família pela relação entre estes dois domínios, reflete em grande parte o contexto económico e político da atualidade (Bianchi & Milkie, 2010).

O aumento da crise económica e financeira vivida a nível mundial, levou a investigação a interessar-se pelo efeito da perceção de *stress* económico no conflito entre o trabalho e a

família, sendo que alguns estudos empíricos indicam que indivíduos com rendimentos mais baixos experienciam mais conflito entre o trabalho e a família (Ford, 2011). Estas transformações nas sociedades têm levado ao aumento da perceção do conflito entre o trabalho e a família, que corresponde a um dos constructos mais analisados pelos investigadores da área (Eby, Casper, Lockwood, Bordeaux & Brinley, 2005; Byron, 2005). Este conflito é desencadeado quando um indivíduo se confronta com múltiplas exigências decorrentes tanto do seu trabalho como da sua família, sendo que a pressão dos vários papéis pelos quais é responsável, parece predispor-lo a vivenciar uma situação de conflito entre os domínios familiar e laboral (Mihelič & Tekavčič, 2014).

A introdução do conceito de conflito entre trabalho e família na literatura desencadeou um vasto conjunto de estudos empíricos sobre os antecedentes e as consequências deste fenómeno (Byron, 2005), destacando-se o seu efeito ao nível da saúde mental. A saúde mental revela-se assim uma importante área de estudo associada ao conflito entre estes dois domínios, sendo que indivíduos que experimentam níveis elevados de conflito entre o trabalho e a família apresentam uma pior saúde mental (Williams & Boushey, 2010).

Um estudo orientado pelo *New York Times* aponta que 83% das mulheres e 72% dos homens experimentam dificuldades em gerir exigências laborais e familiares (Likewise, Galinsky, Johnson & Friedman, 1993 cit in Allen, Herst, Bruck & Sutton, 2000). De acordo com a literatura, este fenómeno tem crescido ao longo do tempo (Winslow, 2005), sendo que 40% dos pais que trabalham experimentam pelo menos uma vez na vida conflito entre estas duas áreas (Galinsky, Bond & Friedman, 1993 cit in Allen et al., 2000).

Estudos empíricos concretizados com amostras Portuguesas mostram que as nossas mulheres apresentam índices de *stress* laboral e familiar mais elevados do que mulheres provenientes de outros países da União Europeia como a Áustria, Bélgica, República Checa, Finlândia, França, Alemanha, Grã-Bretanha, Itália, Espanha, Suécia e Holanda (Famwork, 2005; Guerreiro & Carvalho, 2007 cit in Matias, Andrade & Fontaine, 2012). Já os homens portugueses apresentam os níveis mais elevados de conflito trabalho-família, e os mais baixos de conflito família-trabalho quando comparados com austríacos, belgas e suíços (Famwork, 2005 cit in Matias et al., 2012).

Após o descrito, torna-se pertinente salientar que, de acordo com o *National Institute for Occupational Safety and Health*, o conflito entre o trabalho e a família é um dos maiores *stressores* laborais, que acarreta consequências ao nível das organizações, da saúde individual e dos processos familiares (Kelloway, Gottlieb & Barham, 1999 cit in Schieman et al., 2009). A proliferação de estudos acerca da relação trabalho-família e o destaque que lhe é provido pela comunicação social comprovam a ampliação das responsabilidades, muitas vezes incompatíveis, dos domínios laboral e familiar, tonando o fenómeno do conflito entre o trabalho e a família um tema bastante atual e pertinente (Andrade, 2011).

Neste sentido, a presente investigação tem como principal objetivo contribuir para a compreensão da relação entre os domínios laboral e familiar, destacando o efeito da perceção de *stress* económico no conflito trabalho-família e família-trabalho, bem como

## Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico: Impacto na saúde mental

compreender o impacto do conflito entre o trabalho e a família e de outras variáveis na saúde mental.

O presente trabalho encontra-se dividido em duas partes principais que incidem respetivamente sobre o estado da arte e a apresentação do estudo empírico, que por sua vez se subdividem em quatro capítulos.

Dentro do estado da arte, insere-se o primeiro capítulo que corresponde à fundamentação teórica. Este capítulo encontra-se estruturado de modo a enquadrar os conceitos investigados no presente estudo, no qual são abordados os temas da relação trabalho-família e assinalados os principais mecanismos explicativos da relação entre o trabalho e a família, partindo-se para a noção da natureza bidirecional do conflito entre o trabalho e a família, e seguidamente para os diferentes antecedentes e consequências do fenómeno. O subcapítulo que se segue, recai sobre a ligação entre a perceção de *stress* económico, trabalho e família, no qual são operacionalizados e esclarecidos os conceitos de perceção de *stress* económico e apresentados diferentes estudos que avaliam o impacto do *stress* económico no conflito entre o trabalho e a família. Posteriormente, é apresentado o conceito de saúde mental relacionado com o trabalho, delimitando-se outros fatores de risco para a doença mental, esclarecendo de seguida a sua relação com o conflito entre o trabalho e a família mediante o recurso a estudos empíricos pertinentes. Por último, é exposta uma súmula integrativa dos principais conceitos abordados ao longo do capítulo referentes ao conflito entre o trabalho e a família, e à sua ligação com os conceitos de perceção de *stress* económico e saúde mental.

A segunda parte do trabalho incide sobre o estudo empírico e é constituída pelos restantes capítulos. O segundo capítulo centra-se na apresentação pormenorizada do estudo, particularmente dos objetivos e hipóteses delineados, das variáveis avaliadas, dos instrumentos de avaliação utilizados, da amostra, e da tipologia e método utilizados na investigação.

Por sua vez, o terceiro capítulo caracteriza-se pela descrição detalhada dos resultados obtidos, procurando relacionar-se as variáveis enumeradas a partir de dados estatisticamente significativos.

No que respeita ao quarto e último capítulo, este incide sobre a discussão dos resultados, no qual se procura relacionar os mesmos com dados da literatura, e se enumeram as principais limitações e contribuições do estudo empírico, efetuando ainda algumas sugestões para investigações futuras.

**Poema dum funcionário cansado**

*A noite trocou-me os sonhos e as mãos  
Dispersou-me os amigos  
Tenho o coração confundido e a rua é estreita*

*Estreita em casa passo  
As casas engolem-nos  
Sumimo-nos  
Estou num quarto só num quarto só  
Com os sonhos trocados  
Com toda a vida às avessas a arder num quarto só*

*Sou um funcionário apagado  
Um funcionário triste  
A minha alma não acompanha a minha mão  
Débito e Crédito Débito e Crédito  
A minha alma não dança com os números  
Tento escondê-la envergonhado  
O chefe apanhou-me com o olho lírico na gaiola do quintal em frente  
E debitou-me na minha conta de empregado  
Sou um funcionário cansado dum dia exemplar  
Porque não me sinto orgulhoso de ter cumprido o meu dever?  
Porque me sinto irremediavelmente perdido no meu cansaço?*

*Soletro velhas palavras generosas  
Flor, rapariga, amigo, menino  
Irmão, beijo, namorada  
Mãe, estrela, música*

*São as palavras cruzadas do meu sonho  
Palavras soterradas na prisão da minha vida  
Isto todas as noites do mundo uma só noite comprida  
Num quarto só*

*Antónia Ramos Rosa, em “O Grito Claro”*

# Parte I - Estado da Arte

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

# Capítulo I- Fundamentação teórica

## 1.1. Conceptualização da área trabalho-família

### 1.1.1. A relação trabalho-família

O trabalho<sup>1</sup> e a família<sup>2</sup> correspondem aos domínios centrais da vida da maioria dos indivíduos adultos, pelo que a compreensão da relação entre estes dois domínios consiste numa preocupação elementar para os investigadores da área trabalho-família (Rashid, Nordin, Omar & Ismail, 2012).

O interesse da investigação pela relação trabalho-família ganhou destaque a partir do início da década de 1960 com a inserção da mulher no mercado de trabalho e com a sua necessidade de equilibrar exigências profissionais e laborais. As crescentes exigências económicas levaram ambos os elementos do casal a procurarem emprego no sentido de garantirem o bem-estar económico da família, o que conduziu ao desenvolvimento de novas configurações familiares. Desta forma, famílias em que o homem desempenha o lugar de “ganha pão” e a mulher o da manutenção da família são substituídas por famílias em que os dois elementos do casal contribuem para o rendimento económico do agregado familiar (Lewis, 1996; Edwards, 2001).

A modificação das estruturas familiares e as novas práticas laborais foram assim os grandes responsáveis pelo aumento do interesse da investigação na ligação entre o trabalho e a família (Edwards & Rothbard, 2000; Voydanoff, 2002; Major & Germano, 2006). A proporção de casais com dupla-carreira, isto é, com responsabilidades profissionais e familiares aumentou abundantemente no mercado de trabalho, o que complexificou a capacidade de articulação das exigências laborais e familiares em ambos os géneros (Hill & Henderson, 2004 cit in Hill, Hawkins & Ferris, 2004; Boyar & Mosley, 2007; Ahmad, 2008). Esta complexificação na articulação das exigências decorrentes das duas esferas da vida dos indivíduos com duplo-emprego foram alvo de estudo nas primeiras investigações relacionadas com a área (Andrade, 2011).

Atendendo a esta realidade, o trabalho e a família deixaram de ser encarados como domínios separados ou estanques, passando a ser abordados como dois domínios interdependentes e abordados nos termos das interações que estabelecem entre si (Núncio, 2008; Andrade, 2011). A interdependência entre os domínios laboral e familiar pode ser explicada a partir de duas perspetivas de interação, a do conflito (focalizada no tema do

---

<sup>1</sup> O conceito de trabalho é definido como uma atividade humana, individual e coletiva que exige um conjunto de contribuições, tais como esforço, tempo e aptidões, que os indivíduos desenvolvem em troca de compensações económicas, psicológicas e sociais que contribuam para a satisfação das suas principais necessidades (Martins, 2004).

<sup>2</sup> Noção de família como um sistema ou um conjunto de elementos ligados por um conjunto de relações, em contínua interligação com o exterior, que mantém o seu equilíbrio ao longo de um processo de desenvolvimento constituído por diferentes estádios (Sampaio & Gameiro, 1985).

conflito de papéis) e a facilitadora, sendo que primeira foi a que recebeu mais destaque na literatura pelo seu maior predomínio (Frone, Russel & Cooper, 1992).

Considerando a literatura nacional, os estudos empíricos centram-se, na sua maioria, na perspetiva do conflito devido aos altos níveis de *stress* e à ausência de tempo para compatibilizar os diferentes papéis que indivíduos com duplo-emprego são alvo (Matias et al., 2012).

Atualmente, o interesse pelo tema deve-se em grande parte ao facto do conflito entre o trabalho e a família ser encarado como uma fonte de *stress* organizacional austera, determinando várias consequências negativas, incluindo ao nível do bem-estar individual (Karatepe & Tekinkus, 2006 cit in Ahmad, 2008). Este interesse, acarretou consigo uma crescente utilização e recurso a diferentes sinónimos relacionados com a relação entre o trabalho e a família, nomeadamente conflito, interface, interação e interferência, sendo que dentro dos vários pontos de vista se optou pela designação conflito, que será adotado ao longo deste trabalho. Com o objetivo de facilitar a leitura, optou-se por recorrer à designação “conflito entre trabalho e família” quando nos referirmos a ambas as direções do conflito.

### 1.1.2. Mecanismos explicativos da relação entre o trabalho e a família

O aumento do interesse da investigação acerca da ligação entre os domínios laboral e familiar tem permitido o desenvolvimento de múltiplos mecanismos explicativos da relação entre as duas mesmas áreas. Porém, os investigadores da área trabalho-família raramente apontam uma única teoria explicativa, o que tem dificultado a consolidação de um forte fundamento conceptual acerca de uma única abordagem (Grandey & Cropanzano, 1999 cit in Premeaux, Adkins & Mossholder, 2007). Para além de tudo isto, assume-se que diferentes processos de ligação entre o trabalho e a família podem coexistir (Rantanen, Kinnunen, Feldt & Pulkkinen, 2008).

Num momento inicial, foram identificados diferentes modelos explicativos das relações estabelecidas entre o trabalho e a família, mais especificamente, a perspetiva da segmentação, que sustenta a independência entre as duas esferas, a da compensação, na qual um indivíduo compensa frustrações decorrentes da participação num domínio a partir de um maior envolvimento no outro, a da congruência, onde o trabalho e a família são aproximados mediante a presença de uma terceira variável e a abordagem do *spillover*, que defende que as experiências desenvolvidas num domínio afetam o outro (Goldsmith, 2007; Matias & Fontaine, 2012). Contudo, a multiplicação dos estudos sobre a ligação da área do trabalho e da família levou à fundamentação de outros mecanismos explicativos desta mesma relação, dentro dos quais se destacam a Teoria da Conservação de Recursos (Premeaux et al., 2007), a Teoria do Papel (Edwards & Rothbard, 2000) e a Teoria dos Sistemas Ecológicos (Grzywacz & Marks, 2000; Voydanoff, 2002; Hill, 2005). De seguida, efetuar-se-á uma breve explicação de cada um desses mecanismos com a finalidade de facilitar a compreensão da relação trabalho-família.

### 1.1.2.1. Segmentação

A perspetiva da segmentação surge na sequência da crença de que o trabalho e a família correspondem a domínios separados que não se afetam um ao outro, defendendo-se a separação destas duas esferas no tempo e no espaço, detendo funções igualmente separadas (Burke & Greenglass, 1987; Lambert, 1990; Zedeck, 1992 cit in Edwards & Rothbard, 2000; Goldsmith, 2007; Matias & Fontaine, 2012). Esta abordagem, descrita inicialmente por Piotrkowski (1979 cit in Edwards & Rothbard, 2000), corresponde a uma estratégia intencional que possibilita ao indivíduo limitar as interferências entre as áreas profissional e familiar a partir da exclusão de pensamentos, sentimentos e comportamentos relacionados com um dos domínios aquando se encontra presente no outro.

Esta teoria encontra-se intimamente relacionada com os tradicionais papéis de género, reconhecendo as áreas da família e do trabalho como domínios independentes. Neste sentido, separa nitidamente o trabalho profissional como uma tarefa masculina e o trabalho doméstico como uma atividade feminina, que ainda hoje afeta a forma como as políticas e práticas laborais são desenvolvidas e como ambos os géneros lidam com os distintos papéis pelos quais são responsáveis (Anzorena, 2008 cit in Matias & Fontaine, 2012). A segmentação pode ser assim encarada como uma estratégia de *coping* ideal para lidar com o *stress* das esferas laboral e familiar, ou como uma forma de estabelecer um grau preferível de conexão entre as mesmas áreas (Lambert, 1990; Piotrkowski, 1979; Rice et al., 1980; Kanter, 1977 cit in Edwards & Rothbard, 2000), uma vez que, segundo esta conceção, um trabalhador que permite a interferência de assuntos familiares na vida profissional é encarado como negligente (Matias & Fontaine, 2012).

Não obstante a maioria das organizações exigir aos seus trabalhadores total disponibilidade para realizar as suas tarefas profissionais, assumindo que os papéis familiares são efetuados pelo outro elemento que compõe o casal, a perspetiva da segmentação foi considerada insuficiente no sentido em que negligencia a análise da ligação entre os domínios laboral e familiar (Barnett, 1998 cit in Matias & Fontaine, 2012). Para além de tudo isto, este mecanismo é atualmente pouco realista, no sentido em que os avanços tecnológicos aproximaram a área do trabalho e da família (Goldsmith, 2007).

### 1.1.2.2. Compensação

A compensação traduz os esforços de um indivíduo para compensar a insatisfação num domínio a partir de um maior investimento num outro (Edwards & Rothbard, 2000). Neste sentido, um sujeito pode reduzir o seu envolvimento na esfera da sua vida menos satisfatória, aumentando simultaneamente o seu envolvimento na outra, através da deslocação da importância fornecida, tempo e atenção para o domínio mais satisfatório, procurando compensar as suas principais necessidades (Edwards & Rothbard, 2000). Rothbard (2001 cit in Matias & Fontaine, 2012) demonstrou que mulheres que se sentem insatisfeitas no domínio

familiar, tendem a investir acrescidamente na sua carreira profissional, o que vem corroborar a perspetiva da compensação

### 1.1.2.3. Congruência

A congruência corresponde a outra teoria explicativa que se refere à semelhança entre o trabalho e a família devido à presença de uma terceira variável que pode ser traços de personalidade, fatores genéticos, estilos comportamentais ou forças socioculturais, que agem como uma causa comum. Neste sentido, por exemplo o afeto disposicional, pode afetar as áreas familiar e profissional de um indivíduo, aproximando-as e tornando-as mais similares ou congruentes (Edwards & Rothbard, 2000).

### 1.1.2.4. *Spillover*<sup>3</sup>

No mesmo sentido da teoria explicativa precedente, o *spillover* constitui um modelo baseado na ideia de uma alta permeabilidade entre as fronteiras dos diferentes domínios da vida de um indivíduo (Colombo & Ghislieri, 2008). Assim sendo, este modelo teórico sugere uma relação de reciprocidade entre o trabalho e a família que produz semelhanças entre os dois domínios, a partir da transferência de afetos, valores, competências e condutas (Goldsmith, 2007; Matias & Fontaine, 2012). Este fenómeno trata-se de um constructo bidirecional, em que tanto as experiências do trabalho podem afetar a família, como as experiências da família podem afetar o trabalho (Greenhaus & Beutell, 1985), destacando-se o facto, destas influências poderem desencadear efeitos negativos ou positivos (Matias & Fontaine, 2012). Nas situações em que as consequências são negativas, encontramos-nos perante a noção de *spillover* negativo, que corresponde ao conceito de conflito entre o trabalho e a família ou de conflito de papéis. Já quando nos deparamos com consequências positivas, estamos perante o conceito de *spillover* positivo, que equivale à promoção de papéis (Matias & Fontaine, 2012).

Edwards e Rothbard (2000) efetuaram uma revisão de diversos estudos empíricos, tendo sugerido duas formas de *spillover*. Segundo os autores, a primeira caracteriza-se pelas semelhanças entre um constructo laboral e outro não laboral, geralmente caracterizada pela associação positiva entre a satisfação laboral e familiar, enquanto que a segunda se centra na transferência de experiências entre domínios, frequentemente elucidada a partir da interferência da fadiga resultante do trabalho na vida familiar.

### 1.1.2.5. Teoria da Conservação de Recursos

A teoria da conservação de recursos sugere que um indivíduo procura obter e preservar recursos tais como objetos, condições, energias ou características pessoais valorizadas por si,

---

<sup>3</sup> Optou-se por utilizar a expressão original *spillover* por não ter sido encontrado em português um termo que traduzisse com exatidão o conceito, sendo o vocábulo “transferência” o mais aproximado do mesmo.

que lhe possibilitam adquirir competências de *coping* e lidar ou solucionar problemas, podendo envolver apoio social, autonomia, comportamentos com recompensa contingencial, e outros (Hobfoll, 1989; Lee & Ashforth, 1996; Wright & Hobfoll, 2004 cit in Premeaux et al., 2007). Neste sentido, o *stress* emerge sempre que o sujeito percebe uma perda potencial ou real de recursos, ou ainda quando um esperado ganho de recursos não se concretiza (Premeaux et al., 2007). Esta abordagem explicativa sugere que o conflito entre o trabalho e a família esgota recursos, o que tem um impacto negativo nomeadamente ao nível da satisfação no trabalho, do comprometimento e do desempenho. Contudo, a disponibilidade de recursos como a autonomia laboral, uma cultura trabalho-família positiva, o suporte familiar e a presença do cônjuge ou companheiro, possibilitam o decréscimo da possibilidade de ocorrência do conflito entre o trabalho e a família (Premeaux et al., 2007).

#### 1.1.2.6. Teoria do Papel

A conceptualização do conflito entre o trabalho e a família, do equilíbrio dos papéis ou da facilitação dos mesmos como mecanismos de ligação entre as áreas laboral e familiar, baseia-se nas abordagens da tensão e da facilitação de papéis para a compreensão das consequências da realização de múltiplas funções (Voydanoff, 2002).

A teoria do papel propõe assim, que a ligação entre o trabalho e a família pode desencadear diferentes graus de conflito entre o trabalho e a família e/ou diversos graus de equilíbrio ou facilitação de papéis, sendo que a perceção de conflito, equilíbrio ou facilitação entre as duas áreas resulta do balanço entre as exigências e os benefícios associados aos papéis laborais e familiares (Pittman, 1994 cit Voydanoff, 2002).

Esta perspetiva baseia-se nos trabalhos iniciais de Kahn et al. (1964 cit in Greenhaus & Beutell, 1985) que conceptualizaram este tipo de conflito como a ocorrência simultânea de um ou mais conjuntos de pressões, no qual a realização de uma exigência compromete a realização de outras. No sentido de estenderem esta abordagem à área do trabalho-família, os autores descreveram o conflito entre papéis (*interrole conflict*) como uma experiência onde as pressões provenientes de papéis laborais e familiares são claramente incompatíveis. Importa acrescentar que as pressões dos diferentes papéis são direcionais e que provocam efeitos negativos no outro domínio da vida do sujeito (Frone et al., 1992).

A perspetiva do conflito de papéis, que corresponde a uma das teorias mais associadas ao conflito entre o trabalho e a família, defende que a responsabilização do indivíduo por múltiplos papéis incompatíveis pode dificultar a sua participação em outros papéis (Kahn et al., 1964 cit in Premeaux et al., 2007). Assim, o desempenho de diversos papéis pode desencadear dois tipos de processos, mais especificamente, a sobrecarga e a interferência. A sobrecarga ocorre quando exigências de tempo e energia relacionadas com múltiplos papéis são demasiado extensas e ultrapassam os recursos disponíveis do sujeito, o que dificulta a sua realização adequada. Por sua vez, a interferência sucede quando as exigências dos diferentes

papéis são contraditórias, o que complica a realização desses mesmos papéis (Voydanoff, 2002).

Paralelamente à perspetiva da tensão ou conflito de papéis, um vasto conjunto de teorias sugere que a participação em múltiplos papéis oferece um conjunto de recursos e oportunidades que permitem ao indivíduo a promoção do crescimento e de um melhor funcionamento em outras esferas da sua vida (Grzywacz & Marks, 2000). Tendo por base uma revisão da literatura efetuada por Grzywacz e Marks (2000), a qualidade da relação conjugal e o suporte do conjugue funcionam como um importante “tampão” (*buffer*) do *stress* laboral, uma vez que a possibilidade de falar sobre dificuldades sentidas no trabalho auxilia os indivíduos a lidarem mais eficazmente com as pressões associadas ao mesmo e, como consequência a terem um melhor desempenho. Deste modo, a noção da promoção do papel sustenta que tanto o trabalho pode facilitar a vida familiar a partir de um melhor bem-estar pessoal, como a família pode facilitar o desempenho de tarefas laborais mediante uma adequada gestão e diminuição do *stress* (Grzywacz & Marks, 2000; Voydanoff, 2002).

#### 1.1.2.7. Teoria dos Sistemas Ecológicos

A teoria anteriormente referida foi considerada por diferentes autores como uma abordagem individualista, determinista e limitada na medida em que não fornece uma explicação plausível da forma como os indivíduos gerem a tensão entre os papéis (Grzywacz & Marks, 2000; Premeaux et al., 2007).

Neste seguimento, Grzywacz e Marks (2000), Voydanoff (2002) e Hill (2005) sugeriram a teoria dos sistemas ecológicos de Bronfenbrenner como uma abordagem mais integradora das experiências profissionais e familiares. De acordo com esta teoria, o trabalho e a família correspondem a microssistemas formados por redes de relações face-a-face (Bronfenbrenner, 1989 cit in Voydanoff, 2002) que se influenciam mutuamente devido à presença de fronteiras permeáveis, o que por sua vez possibilita a instalação de um mesossistema família-trabalho que reflete a adaptação do indivíduo ao seu ambiente (Barnett, 1996; Bronfenbrenner, 1986 cit in Grzywacz e Marks, 2000). As “trocas” entre os microssistemas são de natureza bidirecional, em que tanto o trabalho pode afetar a família, como a família o trabalho (Hill, 2005). Esta abordagem sustenta que interações negativas entre o indivíduo e o seu ambiente, se encontram relacionadas com a possibilidade de ocorrência de conflito entre os domínios laboral e familiar, enquanto que interações positivas se encontram responsabilizadas pelo enfraquecimento deste conflito (Grzywacz e Marks, 2000).

O mecanismo dos sistemas ecológicos postula que a interação entre o trabalho, a família e as características individuais pode ser facilitadora ou conflituosa e que características do processo, do indivíduo, do contexto e do tempo exercem efeitos adicionais, mediadores e interativos sobre a experiência individual do conflito entre o trabalho e a família, e/ou sobre a sua perceção (Grzywacz & Marks, 2000; Vodaynoff, 2002; Hill, 2005).

## Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico: Impacto na saúde mental

Este modelo teórico encara ainda o género como uma categoria social capaz de produzir efeitos adicionais ou contributivos nos domínios do trabalho e da família, interferindo simultaneamente sobre os resultados individuais e no conflito ou facilitação entre estes dois domínios. Considera também que características pessoais como a saliência do papel familiar ou laboral, o tempo dedicado à família, a idade da criança mais velha e as características da personalidade correspondem a importantes fatores da perspetiva ecológica (Grzywacz & Marks, 2000; Hill, 2005).

Sucintamente, a relação trabalho-família pode ser definida como o conjunto de ligações entre as características de um domínio e as atividades, atitudes e relações interpessoais do outro (Voydanoff, 2004). Apesar dos diferentes mecanismos descritos explicarem a relação de interdependência entre o trabalho e a família a partir das perspetivas do conflito e de facilitação, focar-nos-emos a partir deste momento apenas na vertente do conflito entre o trabalho e a família.

### 1.1.3. Natureza Bidirecional do conflito entre o trabalho e a família

A transformação das estruturas familiares e das práticas laborais possibilitou a aproximação dos papéis profissionais e pessoais, suprimindo a fronteira entre estes dois domínios (Bianchi & Milkie, 2010). Como consequência, contrabalançar responsabilidades laborais e familiares tornou-se um fenómeno nem sempre exequível, aumentando desta forma o potencial de conflito entre papéis (Greenhaus & Beutell, 1985; Frone et al., 1992).

O conflito entre o trabalho e a família tornou-se uma importante dimensão no estudo de diferenças individuais relacionadas com o trabalho (Blanch & Aluja, 2009), tendo vindo a ser estudada a partir da perspetiva do conflito de papéis, segundo a qual assumir múltiplos papéis torna-se uma tarefa complicada que provoca inevitavelmente tensão e conflitos entre as exigências do trabalho e da família (Greenhaus & Beutell, 1985). Assim sendo, o conflito entre as esferas laboral e familiar é comumente definida como um conflito de interpapéis, em que as exigências dos domínios supracitados são incompatíveis de alguma forma, e a participação num domínio dificulta a participação no outro (Greenhaus & Beutell, 1985; Chandola et al., 2004).

O constructo do conflito entre o trabalho e a família tem vindo a sofrer alterações ao longo do tempo (Byron, 2005). Tradicionalmente, os investigadores assumiam este conceito de forma independente ou unidimensional, enfatizando exclusivamente o impacto do trabalho sobre a vida familiar (Crouter, 1984; Marshall, 1992 cit in Frone, Yardley & Markel, 1997; Carlson, Kacmar & William, 2000 cit in Rashid et al., 2012). Porém, atualmente tem-se assumido a bidireccionalidade do conceito, em que tanto o trabalho pode interferir com a família (Conflito Trabalho → Família (CTF)), como a família pode interferir com o trabalho (Conflito Família → Trabalho (CFT)) (Frone et al., 1997; Greenhaus & Powell, 2006). Recorrendo a exemplos práticos, o CTF pode ocorrer quando uma figura parental, devido ao

excesso de horas de trabalho, se vê dificultada para chegar a casa a tempo de participar nas refeições, e o CFT quando um pai ou uma mãe necessitam de faltar ao trabalho para ficarem em casa a tomar conta de um filho doente (Chandola et al., 2004; Bellavia & Frone, 2005).

De acordo com a literatura, o CTF é a direção predominante, o que parece estar intimamente relacionado com o facto das fronteiras do domínio familiar serem mais permeáveis do que as do domínio laboral (Bellavia & Frone, 2005; Michel & Hargis, 2008).

Segundo Greenhaus & Beutell (1985) o conflito entre os domínios laboral e familiar pode manifestar-se a partir de três formas distintas: tempo, tensão e comportamento. Neste sentido, o conflito com base no tempo ocorre nas circunstâncias em que múltiplas funções parecem competir pelo tempo de um indivíduo, de modo a que o tempo despendido num papel interfira com o tempo gasto no outro. Constatou-se que este tipo de conflito é consistente com as ideias de Pleck et. al (1980 cit in Greenhaus & Beutell, 1985) e de Kahn et al. (1964 cit in Greenhaus & Beutell, 1985) que sugerem que o tempo de trabalho excessivo, o conflito de dimensões da agenda e a sobrecarga de papéis se encontram na base do conflito. Assim sendo, esta forma de conflito pode resultar tanto de pressões relacionadas com a impossibilidade de satisfazer expectativas decorrentes de um papel ao assumir-se um outro, bem como de pressões que podem incitar preocupação relativamente à falta de disponibilidade para desempenhar outro papel (Bartolome & Evans, 1979 cit in Greenhaus & Beutell, 1985; Kinnunen et al., 2004).

A segunda forma de conflito entre o trabalho e a família, baseada na tensão, apoia-se na ideia de que o *stress* desencadeado num domínio dificulta o cumprimento das exigências do outro (Greenhaus & Beutell, 1985; Kinnunen et al., 2004). Por último, a forma de conflito entre o trabalho e a família fundamentada no comportamento surge quando expectativas de conduta específicas de um papel são incompatíveis com o comportamento esperado no outro. Este tipo de conflito encontra-se profundamente interligado com os estereótipos culturais que vigoram nas diferentes sociedades (Greenhaus & Beutell, 1985; Kinnunen et al., 2004; Mayo, Pastor, Cooper & Sanz-Vergel, 2011). De acordo com Kelloway, Gottlieb e Barham (1999 cit in Kinnunen et al., 2004), esta última forma de conflito é bastante difícil de operacionalizar devido à pouca evidência empírica que a sustenta. Mais recentemente, no estudo de Kinnunen et al. (2004), apenas foram encontradas evidências empíricas para as formas de conflito entre o trabalho e a família baseadas no tempo e na tensão.

Com a finalidade de facilitar a compreensão do conceito de conflito entre o trabalho e a família, a literatura concentrou-se na análise dos diferentes antecedentes e consequências do fenómeno (Greenhaus & Powell, 2006), que serão discutidas nos pontos que se seguem.

#### 1.1.4. Antecedentes do conflito entre o trabalho e a família

No que respeita aos antecedentes do conflito entre o trabalho e a família, os mesmos dividem-se em três grandes categorias chave: variáveis laborais, variáveis familiares e variáveis demográficas/individuais (Eby et al., 2005).

## Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico: Impacto na saúde mental

As variáveis laborais envolvem o efeito do trabalho e do local onde o mesmo é realizado, destacando o envolvimento com o trabalho, a flexibilidade do horário, a cultura organizacional e o *stress* laboral (Bianchi & Milkie, 2010). Já as variáveis familiares compreendem a família e outros fatores relacionados com a mesma, nomeadamente os conflitos conjugais, o número de horas despendidas em tarefas domésticas ou a cuidar dos filhos e a idade do filho mais novo. Por último, as variáveis demográficas/individuais abrangem características da personalidade (afeto negativo, neuroticismo, padrão de personalidade tipo A e locus de controlo interno) os comportamentos, o género, o rendimento líquido mensal e o estilo de coping (Byron, 2005; Mihelič & Tekavčič, 2014). Importa referir que as últimas variáveis foram negligenciadas da compreensão da relação entre o trabalho e a família até há pouco tempo, sendo que literatura constatou recentemente que estas permitem ao empregado gerir o seu tempo de forma eficaz, envolver-se com maior energia nos mais variados papéis e adotar mecanismos de *coping* que lhe permitam diminuir o *stress* (Wayne, Musisca & Fleeson, 2004).

Embora as duas direções do conflito entre o trabalho e a família (CTF e CFT) se relacionem entre si, a investigação aponta que cada uma das mesmas detém um conjunto próprio de antecedentes e consequências (Frone et al., 1997; Grzywacz & Marks, 2000).

A meta-análise concretizada por Michel, Kotrba, Mitchelson, Clark e Baltes (2011) analisou os antecedentes de ambas as direções do conflito entre o trabalho e a família, que por sua vez foram agrupados em quatro classes, mais especificamente nos *stressores* associados aos papéis laborais e familiares, no envolvimento e interesse em papéis familiares e laborais, no apoio social dos domínios organizacional e familiar e por último, nas características familiares e laborais. Os resultados do estudo empírico supracitado foram em concordância com as hipóteses definidas, tendo-se demonstrado que os antecedentes do CTF compreendem os *stressores* laborais (ambiguidade, conflito e sobrecarga de papéis, exigências temporais), o alto envolvimento no trabalho (interesse e envolvimento excessivo nas tarefas profissionais), suporte social laboral (apoio da organização, dos supervisores e dos colegas de trabalho, características do trabalho, diversidade de tarefas, autonomia, organização ideal para a família (*family-friendly organization*)), e características da personalidade (locus de controlo interno, afeto negativo, neuroticismo). No que respeita aos antecedentes da CFT, a investigação demonstrou que os mesmos compreendem os *stressores* familiares (conflito, ambiguidade e sobrecarga de papéis, número de filhos ou de pessoas dependentes, exigências do papel de pais ou de cuidadores), o apoio social da família (suporte familiar e matrimonial), o ambiente familiar e as características de personalidade (locus de controlo interno, afeto negativo, neuroticismo). Com esta meta-análise constatou-se assim, que os *stressores* associados ao trabalho, o suporte social laboral, as exigências dos papéis familiares, o suporte social da família e as características da mesma constituem tanto antecedentes do CTF como da CFT, que o alto envolvimento em tarefas laborais e que as características do trabalho constituem apenas antecedentes do CTF e que o envolvimento na

família não está relacionado com nenhuma das direções do conflito destes dois domínios (Demerouti et al., 2012).

### 1.1.5. Consequências do conflito entre o trabalho e a família

A literatura tem-se debruçado no estudo, não só dos antecedentes, como também das consequências do conflito entre o trabalho e a família. Eby et al. (2005) organizam as consequências do conflito entre o trabalho e a família em três grupos centrais: consequências ao nível da saúde física e mental, ao nível do trabalho e ao nível da família.

No que concerne às consequências ao nível da saúde física e mental, parece ser consensual entre os investigadores que o conflito entre o trabalho e a família se encontra relacionado com uma pior saúde física e saúde percebida (Frone, 2000), e com comportamentos depressivos (Allen et al., 2000; Bellavia & Frone, 2005). Frone et al. (1997) demonstrou que o CTF se encontra relacionado com a ocorrência de episódios depressivos *major*, problemas de hipertensão e com outras queixas físicas, enquanto que o CFT antecipa frequentemente problemas relacionados com o abuso de substâncias. Mais recentemente, Mihelič e Tekavčič (2014) efetuam uma revisão de estudos empíricos na qual demonstram que o conflito entre o trabalho e a família se encontra associado a uma menor saúde física, particularmente a problemas de colesterol, menor resistência física, perturbações de sono, cefaleias, fadiga, dores no peito, abuso de álcool, obesidade e a outros problemas alimentares.

Paralelamente, um conjunto de investigações levadas a cabo demonstram que o conflito entre o trabalho e a família se encontra associado a um maior sofrimento psicológico (Burkes & Greenglass, 1999; Bagger, Li & Gutek, 2008 cit in Oliveira, Cavazotte & Paciello, 2013). Assim sendo, Brough & O'Driscoll (2005) citam diferentes pesquisas que demonstram que à medida que o conflito aumenta, também o *distress*<sup>4</sup> psicológico aumenta. Já Eby et al. (2005) referem no seu trabalho, diferentes estudos que relacionam o conflito entre o trabalho e a família com uma pior satisfação de vida e com elevados níveis de *stress*. Os resultados da pesquisa de Blanch e Aluja (2012) mostram que o conflito entre o trabalho e a família se encontra intimamente relacionado com a ocorrência de *burnout*, que corresponde a uma resposta afetiva crónica resultante da exposição contínua e prolongada ao *stress* relacionado com o trabalho. Por sua vez, Frone (2000) demonstrou que ambas as direções do conflito se encontram positivamente relacionadas com perturbações de ansiedade, humor e de dependência de substâncias, expondo que a relação entre a CFT e o desenvolvimento de perturbações de ansiedade é significativamente mais forte no género masculino do que no feminino. Igualmente, Allen et al. (2000) descrevem correlações significativas entre o aumento de queixas somáticas e o conflito entre o trabalho e a família.

---

<sup>4</sup> Optou-se por recorrer à expressão original *distress* por não ter sido encontrado um termo na língua portuguesa que traduzisse com precisão o conceito.

## Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico: Impacto na saúde mental

As consequências ao nível do trabalho baseiam-se em estudos empíricos que defendem que o conflito entre o trabalho e a família acarreta consequências prejudiciais para a organização (Eby et al., 2005). Na sua investigação, Eby et al. (2005) citam vários estudos que indicam que o conflito entre o trabalho e a família se encontra associada a uma menor satisfação laboral, a uma maior intenção de mudar de emprego, a um menor sucesso percebido na carreira e a uma menor satisfação com a mesma. Paralelamente, os autores supracitados acrescentam que outros estudos sugerem que a satisfação na carreira modera a relação entre o CFT e as intenções de mudança de local de trabalho (Eby et al., 2005). Alguns estudos defendem que a intenção de mudar de emprego corresponde a uma das variáveis que se encontram mais frequentemente associadas ao fenómeno do conflito entre o trabalho e a família, sendo significativamente mais frequente em sujeitos excessivamente envolvidos nas suas carreiras profissionais (Allen et al., 2000; Eby et al., 2005; Premeaux et al., 2007; Mihelič e Tekavčič, 2014). De modo semelhante, outra revisão de estudos demonstra que à medida que o conflito entre o trabalho e a família aumenta, observa-se uma diminuição do comprometimento organizacional do indivíduo (Mihelič e Tekavčič, 2014).

Por último, as consequências ao nível da família abarcam os efeitos sobre a satisfação familiar, sendo que alguns estudos mostram mediante o recurso a investigações anteriores, que a mesma se encontra negativamente associada ao conceito de conflito entre o trabalho e a família (Kinnunen et al., 2004; Eby et al., 2005). Na sua investigação, Kinnunen et al. (2004) concentram-se na análise dos efeitos do conflito entre o trabalho e a família na satisfação matrimonial e no *distress* parental. No que concerne à satisfação matrimonial, os autores supracitados mencionam diversos estudos que indicam que o conflito entre estes dois domínios se encontra associado à diminuição da satisfação conjugal apenas no género masculino, e outros que defendem esta relação apenas no sexo feminino. Na mesma linha, existem outras investigações nas quais o conflito entre os mesmos domínios não se encontra relacionado com a satisfação conjugal (Netemeyer et al., 1996 cit in Kinnunen et al., 2004).

O *distress* familiar compreende estados emocionais negativos, insatisfação e tensão, que por sua vez resultam da experiência dos papéis familiares (Abidin, 1990 cit in Kinnunen, et al., 2004). Apesar da maioria dos estudos verificar que estes efeitos ocorrem em ambos os géneros, outros sugerem que os mesmos aparecem apenas no sexo feminino (Bedeian et al., 1988; Parasuraman et al., 1992 cit in Eby et al., 2005). Através da revisão de diversos estudos, Mihelič e Tekavčič (2014) sugerem que a satisfação familiar apresenta uma relação negativa com o conflito entre o trabalho e a família, verificando-se que se encontra na origem de elevados níveis de *distress* familiar, particularmente de *distress* parental e matrimonial. Os mesmos autores defendem assim, que à medida que o conflito entre os domínios laboral e familiar aumenta, a satisfação com a família diminui (Mihelič e Tekavčič, 2014). Os resultados da investigação de Allen et al. (2000) corroboram a informação anterior, dado que o autor verifica uma robusta ligação entre o *distress* relacionado com os papéis familiares e a ocorrência de conflito entre o trabalho e a família.

## 1.2. Perceção de *stress* económico no conflito entre o trabalho e a família

### 1.2.1. A atual crise económica

A atual recessão económica, vivida a nível global, encontra-se entre as mais graves dos últimos tempos, podendo vir a atingir a comunidade internacional de forma mais aprofundada do que a Grande Depressão da década de 1930, com taxas de desemprego que atinjam os dois dígitos (United States Department of Labor, 2009 cit in Economou, Madianos, Peppou, Patelakis & Stefanis, 2013; Moseley, 2009 cit in Baek & DeVaney, 2010). As dificuldades económicas, a redução da remuneração líquida mensal, as dívidas, a penhora de casas pela banca, os despejos, as perdas de emprego e de segurança no trabalho, a desintegração social, a rutura familiar e a má qualidade de vida são algumas das consequências adversas da crise económica (European Commission, 2009; Higginbottom et al., 1993 cit in Economou et al., 2013).

Estas dificuldades económicas encontram-se entre as mais salientes fontes de *stress* da vida da maioria dos indivíduos, constituindo uma grande preocupação para as famílias Americanas (Butterworth, Rodgers & Windsor, 2009; Schieman & Young, 2011). A investigação demonstra que mais de metade dos sujeitos americanos tem dificuldades económicas, não conseguindo satisfazer as suas principais necessidades, incluindo as de alimentação e da renda da habitação, sendo que 40% da população americana indica preocupar-se diariamente com a sua situação económica (Jacobe, 2008; Newport, 2008 cit in Schieman & Young, 2011).

No entanto, a atual crise económica propagou-se mundialmente, provocando repercussões dos dois lados do Atlântico (Nunan & Peixoto, 2012). Assim sendo, a crise económica alastrou-se a todos os países europeus, fazendo com que os mesmos entrassem em recessão (Aassve, Cottini & Vitali, 2013), não sendo Portugal uma exceção (Nunan & Peixoto, 2012). Porém, ao contrário dos restantes países, a crise económica portuguesa advém de fatores recentes e históricos, tendo sido agravada com a crise financeira internacional emergida em 2008 (Cairns, Growiec & Alves, 2014)

A austeridade vivada em Portugal tem provocado problemas sociais profundos, na medida em que as políticas adotadas para reduzir o défice orçamental são bastante “duras”, exigindo dos Portugueses grandes sacrifícios, não lhes permitindo muitas vezes a satisfação das suas principais necessidades (Cairns et al., 2014). Estas medidas são um verdadeiro desafio para a população portuguesa, que assistiu à diminuição das suas remunerações, a um aumento da precaridade (Standing, 2011 cit in Cairns et al., 2014), e também da pressão e insegurança no seu local de trabalho, pois a qualquer momento pode ver as suas funções laborais dispensadas (Heloani & Capitão, 2003).

Importa referir que a situação financeira Portuguesa se tem vindo a agravar ao longo dos anos, sendo em que 2010 aproximadamente 40% das famílias estavam endividadas, e 25% das mesmas tinham hipotecas ao banco sobre a sua casa (INE, 2012). O Inquérito às condições

de vida e rendimento (EUSILC) realizado anualmente em Portugal apurou que em 2012 aproximadamente 18,7% da população portuguesa se encontrava em risco de pobreza (INE,2014).

### 1.2.2. Perceção de *stress* económico

A maioria das investigações delineadas aponta que são os recursos económicos da família que definem o seu estado (*status*) económico. As profundas transformações económicas, financeiras e sociais fizeram com que ameaças à família como a perda de emprego, o divórcio ou a reforma, ao provocarem alterações na situação financeira da família, contribuíssem para a instalação de *stress* económico (Fox & Bartholomae, 2000).

A literatura tem destacado diversas definições de *stress* económico, que vão desde medidas absolutas de rendimentos à perceção individual deste tipo de *stress* (Mirowsky & Ross, 2003b cit in Schieman & Young, 2011). Probst (2005b cit in Shoss & Probst, 2012) define *stress* económico como o conjunto de aspetos da vida económica que consistem em componentes objetivos e subjetivos que, por sua vez refletem as dimensões do trabalho e do rendimento do trabalhador remunerado, e que funcionam como potenciais fatores de *stress* para os indivíduos e para as suas famílias. Por outras palavras, o *stress* económico pode ser definido como uma incapacidade percebida na satisfação de necessidades essenciais, no cumprimento de obrigações financeiras, no decréscimo das despesas e no aumento da renda, o que impossibilita o estabelecimento de uma perspetiva financeira segura (Barrera, Caples & Tein, 2001 cit in Huang, Phau & Lin, 2010). De acordo com os investigadores da área, o *stress* económico pode também assumir as designações de angústia económica, dificuldades económicas, tensão económica, pressão económica e tensão financeira (Fox & Bartholomae, 2000).

O *stress* económico é um constructo que tanto pode ser normativo, quando resulta de metas previstas (tais como o nascimento de uma criança ou um casamento) como situacional, quando é a consequência de uma circunstância de vida inesperada, como de um divórcio, da reforma ou de uma situação de doença inesperada. Os investigadores apontam que o mesmo pode estar relacionado com eventos provisórios, quando a diminuição a curto-prazo dos rendimentos pode resultar da perda do emprego de um ou mais elementos do agregado familiar, ou com situações crónicas, quando a redução a longo-prazo dos rendimentos é o resultado de uma limitação permanente na obtenção de trabalho (Fox & Bartholomae, 2000).

Nas suas recentes investigações, Schieman & Young (2011) e Economou et al. (2013) mencionam diferentes estudos empíricos que consideram a pressão financeira como um *stressor* capaz de desencadear sentimentos de insegurança e incerteza sobre o futuro, e de afetar a saúde física e mental do indivíduo. A pressão financeira é assim um *stressor* capaz de desencadear sentimentos de insegurança e incerteza sobre o futuro, que por sua vez afetam a saúde física e psicológica do indivíduo (Mirowsky & Ross, 2003a, Mirowsky & Ross, 2003b; Kahn & Pearlin, 2006 cit in Schieman & Young, 2011).

## Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico: Impacto na saúde mental

De acordo com a maioria dos autores, as dificuldades financeiras têm um impacto mais profundo na saúde mental e bem-estar físico do indivíduo, do que no estado objetivo de empobrecer (Sapolsky, 2005 cit in Huang, Phau & Lin, 2010). Para além das consequências a nível individual, estes autores sugerem que as dificuldades económicas crónicas e os seus efeitos negativos podem afetar os domínios laboral e familiar (Pearlin & Skaff, 1996).

Seguidamente, analisar-se-á com maior pormenor a relação entre a perceção de *stress* económico e o conflito entre o trabalho e a família.

### 1.2.3. Estudos sobre Perceção de *stress* económico e conflito entre o trabalho e a família

Tal como supracitado, as dificuldades económicas podem despoletar situações *stressantes* entre domínios de papéis, sendo o conflito entre as esferas laboral e familiar uma dessas circunstâncias (Schieman & Young, 2011).

Antes de mais, importa esclarecer que existem fatores individuais específicos que determinam a forma como os rendimentos afetam os fatores de *stress*, que por sua vez influenciam o conflito dos domínios laboral e familiar. Primeiro que tudo, sujeitos com elevados cargos profissionais obtêm frequentemente altas remunerações, bem como benefícios da organização na qual estão inseridos, ao contrário daqueles que ocupam profissões cuja remuneração é baixa. É importante esclarecer, que indivíduos com elevadas remunerações tendem a ter condições de trabalho mais adequadas e flexíveis, o que lhes possibilita inclusive, passar mais tempo a cuidar dos filhos, ao contrário de sujeitos que ocupam cargos “inferiores”, que têm horários laborais pouco flexíveis, imprevisíveis, com elevada carga horária e menos benefícios formais (Weigt & Solomon, 2008 cit in Ford, 2011). De acordo com Ford (2011), os benefícios obtidos a partir da ocupação de elevados cargos profissionais enfraquecem a relação das exigências laborais com o conflito entre o trabalho e a família.

No entanto, importa referir que ainda existe alguma divisão quanto aos resultados dos estudos empíricos acerca desta temática. Enquanto que diversos estudos defendem que a conflito entre o trabalho a família pode surgir quando um indivíduo se sente indisponível para responder às exigências dos papéis familiares devido à pressão exercida pela perceção de *stress* económico (Annink, Gorgievski, Dekker & Dulk, 2014), propondo uma relação significativa entre a perceção de *stress* económico e o CFT (Schieman & Young, 2011), e a perceção de *stress* económico e ambas as direções do conflito entre o trabalho e a família (Annink et al., 2014), outros sugerem que indivíduos com remunerações mais baixas podem compensar a ausência de benefícios formais na ligação entre o trabalho e família através do estabelecimento de acordos com os supervisores (Henly, Schaefer, & Waxman, 2006 cit in Ford, 2011), que possibilitam o enfraquecimento da associação entre os *stressores* laborais e o conflito entre o trabalho e a família.

## Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico: Impacto na saúde mental

Por outro lado, outras investigações delineadas defendem que indivíduos com altas remunerações tendem a experimentar níveis mais elevados de conflito entre o trabalho e a família, ou seja, cargos profissionais de alto rendimento tendem a requerer maiores níveis de exigência em torno das funções laborais, bem com um maior envolvimento no trabalho (Schieman, Whitestone & Van Gundy, 2006 cit in Ford, 2011). Nesta linha, Rothbard, Phillips, e Dumas (2005) sugerem na sua investigação que as particularidades de determinadas profissões pressionam o indivíduo a estar excessivamente envolvido nas suas funções laborais, e a integrar o domínio do trabalho no domínio da família, o que interfere no cumprimento das suas responsabilidades familiares.

Paralelamente, a meta-análise de Byron (2005) defende que indivíduos com rendimentos mais elevados tendem a experimentar níveis de CTF mais significativos do que indivíduos com baixos rendimentos, não tendo sido encontrada uma relação significativa entre a remuneração e o CFT. Já no seu trabalho, Schieman & Young (2011) abordam diferentes estudos que sugerem que os baixos rendimentos se encontram associados ao CFT. Os resultados pouco lineares acerca da temática, mostram a importância de se estudar o impacto da perceção de *stress* económico no conflito entre o trabalho e a família (Ford, 2011).

A investigação de Ford (2011) defende que os rendimentos moderam as relações entre o CTF e a tensão na família, destacando essencialmente o impacto da tensão familiar em indivíduos com baixos rendimentos, contrariamente ao que acontece com àqueles que detêm rendimentos elevados. Assim, sujeitos com baixos rendimentos encontram-se mais vulneráveis a desenvolver consequências relacionadas com o CTF e com a tensão familiar. Contudo, segundo esta investigação a tensão familiar mantém uma relação mais forte com o CFT em indivíduos com baixos rendimentos (Ford, 2011).

De acordo com dados recentes, famílias que vivem com dificuldades económicas lidam diariamente com elevados níveis de conflito entre os domínios laboral e familiar, que se devem às pressões que lhes são colocadas para cuidar da família (Williams & Boushey, 2010). Para além disto, apresentam grandes dificuldades no acesso à alimentação e habitação, detendo frequentemente uma pobre saúde mental (Taylor & Geldhausen, 2007; The Urban Institute, 2005 cit in Sinclair, Probst, Hammer & Schaffer, 2013).

### **1.3. A Ligação entre trabalho, família e saúde mental**

#### **1.3.1. A saúde mental e o trabalho**

A saúde mental, parte integrante da saúde, é considerada pela Organização Mundial de Saúde (OMS) como mais do que a simples ausência de perturbação mental, sendo portanto definida como um estado de bem-estar através do qual os indivíduos reconhecem as suas competências e são capazes de lidar com situações stressantes do quotidiano, de trabalhar produtivamente e de contribuir para a sua comunidade (WHO, 2001 cit in Barry & Jenkins, 2007).

## Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico: Impacto na saúde mental

A noção de saúde mental deve compreender o ser humano no seu todo biopsicossocial, isto é, no contexto social no qual está inserido bem como na fase de desenvolvimento em que se encontra. Desta forma, pode ser considerada como uma interação dinâmica do indivíduo em busca do equilíbrio dos seus vários ecossistemas, ou seja, do seu meio interno e externo, das suas características biológicas e dos seus antecedentes familiares e pessoais (Fonseca, 1985 cit in Martins, 2004). Dada a realidade atual, faz todo o sentido a adoção de uma abordagem que considera que os fatores psicossociais afetam a saúde mental, defendendo-se que grande parte das perturbações mentais são determinadas por uma interação de fatores biológicos, psicológicos e sociais (WHO, 2001 cit in Macedo, 2013).

No seu estudo empírico, Macedo (2013) cita diferentes investigações que defendem que a atividade laboral corresponde a um dos maiores determinantes da saúde mental, tendo-se assistido a um aumento crescente do interesse da literatura na relação entre a satisfação com o trabalho e a saúde mental. As perturbações mentais relacionadas com o trabalho representam atualmente um problema de grandes proporções dado o seu elevado predomínio num vasto conjunto de cargos profissionais (Dewa, Lesage, Goering & Craveen, 2004 cit in Wang et al., 2012; Maeno & Paparelli, 2013). Na sua pesquisa, Martins (2004) sugere que as condições laborais, a oportunidade de controlo, o ajuste entre as exigências da função laboral e as competências do indivíduo que a desempenha, as relações interpessoais, o rendimento líquido mensal e a segurança física, constituem alguns dos fatores que influenciam o bem-estar psicológico e a saúde mental dos trabalhadores (Martins, 2004). No mesmo sentido, Zalewska (1996 cit in Martinez & Paraguay, 2003) demonstra no seu estudo empírico que indivíduos insatisfeitos com aspetos laborais, tais como a relação com os colegas e supervisores, as características e condições do trabalho e a remuneração recebida, encontram-se significativamente mais predispostos a desenvolverem determinados problemas de saúde nomeadamente quadros clínicos de ansiedade e depressão. Assim sendo, a satisfação e a insatisfação laboral são consideradas como dois extremos de um mesmo fenómeno, no qual a satisfação é determinada por fatores intrínsecos ao trabalho relacionados com o conteúdo da função laboral exercida e com os desafios das tarefas, e a insatisfação é definida mediante a carência em relação aos fatores extrínsecos ao trabalho, tais como a remuneração, supervisão e ambiente laboral (Araújo, 1985; Coda, 1986, Licht, 1990, Paula, 1990 & Pérez-Ramos, 1980 cit in Martinez & Paraguay, 2003).

As profundas transformações da economia mundial dos últimos anos conduziram à instalação de pressões nos trabalhadores para serem mais competitivos, o que por sua vez desencadeou o desenvolvimento de inseguranças nos mesmos (Benavides, Benach, Diez-Roux & Roman, 2000 cit in Wang et al., 2012), que sentem que podem ser demitidos a qualquer momento (Heloani & Capitão, 2003). Paralelamente a estas transformações, assistiu-se a um aumento do grau das exigências das competências dos trabalhadores por parte das organizações, que passaram a procurar para qualquer tipo de cargo indivíduos com mais competências, agilidade e capacidade para lidar com uma nova representação de mundo (Heloani & Capitão, 2003).

Num dos seus trabalhos, Wang et al. (2012) cita diferentes estudos que sustentam que as novas exigências laborais podem levar ao desenvolvimento de perturbações mentais, que por sua vez têm um impacto significativo na produtividade, no risco de desemprego e na intenção de mudar de emprego. O desgaste mental conduz assim, a perdas inigualáveis, quer em termos humanos quer em termos financeiros, afetando simultaneamente a saúde individual e a produtividade das organizações (Silva, 1992).

### 1.3.2. Outros fatores de risco da doença mental

A compreensão de que a saúde mental desempenha um papel primordial na saúde dos indivíduos, levou a literatura a averiguar quais os fatores responsáveis pela sua variação e pela etiologia da doença mental (Macedo, 2013).

O sexo consiste numa variável que exerce influência sobre a saúde mental, encontrando-se diferenças entre o sexo masculino e feminino (Chandola et al., 2004; Macedo, 2013). Existe uma propensão duas a três vezes superior para as mulheres, quer de países desenvolvidos quer em desenvolvimento (WHO, 2001 cit in Alves & Rodrigues, 2010), reportarem uma perturbação mental quando comparadas com os homens (Mirza & Jenkins, 2004 cit in Prince et al., 2007). A educação tradicional em que as mulheres são socializadas a internalizar mais o *distress* psicológico do que os homens, é um dos fatores que contribui para a diferença na prevalência de perturbações do foro psiquiátrico e da ideação suicida (Afifi, 2007; Rabasquinho & Pereira, 2007). No seu estudo empírico, Araújo, Pinho e Almeida (2005) citam uma investigação que sugere que a prevalência de perturbações mentais não psicóticas é significativamente mais elevada no género feminino do que no masculino (20.0 contra 12.5% respetivamente). Um estudo com estudantes de medicina da Universidade da Beira Interior (UBI) revelou que o sexo é um fator sociodemográfico influente nos níveis de saúde mental e que são as mulheres quem apresenta piores índices (Roberto & Almeida, 2011).

As diferenças na prevalência de perturbações mentais entre géneros podem encontrar-se relacionadas com determinadas características da personalidade, entre elas a introversão e o neuroticismo na mulher e a impulsividade, desinibição e busca de sensações no homem (Cloninger et al., 1988; Sher, 1994, Zucken et al., 1995 & Zuckerman, 1994 cit in Rabasquinho & Pereira, 2007). Outros estudos empíricos sugerem que estas diferenças podem estar relacionadas com o modo como os indivíduos lidam com situações *stressantes*, apontando que as mulheres procuram garantir maior apoio social, e que os homens enfrentam mais os problemas com o objetivo de os solucionar (Porter, 2000 cit in Rabasquinho & Pereira, 2007). Por sua vez, outras investigações defendem que esta diferenciação na prevalência de perturbações mentais entre géneros se deve à influência do sexo sobre vários determinantes da saúde mental, particularmente a posição socioeconómica, o acesso a recursos, o *status* e os papéis sociais (Maier et al., 1999; Jenkins, 1985 cit in Prince et al., 2007).

No que respeita ao estado civil, a investigação aponta que o casamento tem inerente um conjunto de benefícios para a saúde mental individual (Braithwaite, Delevi & Finchman,

2010; Williams, Frech & Carlson, 2010; Carlson, 2012). Na sua pesquisa, Simon (2002) defende que indivíduos solteiros, quer do sexo feminino quer do masculino, reportam com mais frequência perturbações de humor, dificuldades de ajustamento e outras formas de *distress* psicológico quando comparados com indivíduos casados. Através da sua investigação, Williams et al. (2010) citam diferentes estudos que indicam que a “entrada” no casamento se encontra associada ao aumento do bem-estar psicológico e à diminuição do sofrimento psíquico. Estes autores demonstram ainda que a qualidade da relação conjugal ao longo do ciclo vital revela indiretamente que os benefícios providos pelo casamento ao nível da saúde mental tendem a desaparecer ao longo do tempo, pois os mesmos dependem da qualidade da relação matrimonial, que por sua vez tende a decrescer à medida que o tempo de casamento aumenta.

Porém os resultados ainda são pouco lineares, pelo que diversos estudos empíricos apontam que o efeito benéfico do casamento ao nível da saúde mental ocorre exclusivamente no sexo masculino (Hu & Goldman, 1990; Joung et al., 1995 cit in Artazcoz et al., 2011) e outros não demonstram uma relação entre o *status* matrimonial e a saúde mental (Hope, Power & Rodgers, 1999, Horwitz & White, 1991, Wu & Hart, 2002 cit in Williams et al., 2010). Já outras investigações sugerem que perder o cônjuge tem um maior impacto na saúde mental do que “ganhar um”, ou seja, o divórcio e a viuvez produzem mais consequências ao nível da saúde mental do que o casamento (Strohschein et al., 2005 cit in Williams et al., 2010).

Em relação ao *status* parental, Brough e O’Driscoll (2005) abordam diferentes estudos que sugerem que a presença de dependentes determina níveis de tensão psicológica mais elevados, sendo que indivíduos tanto do sexo feminino como masculino com filhos sofrem consequências mais nefastas ao nível da saúde mental do que indivíduos que não têm filhos. De forma semelhante, Gove e Geerken (1977) sugerem que ter um filho em casa contribui frequentemente para uma pior saúde mental, e que este impacto é mais profundo em indivíduos do sexo feminino do que masculino. Todavia, os resultados acerca do impacto do *status* parental na saúde mental ainda são pouco conclusivos, sendo que Evenson e Simon (2005) apontam no seu estudo empírico diferentes investigações que sugerem não existir uma associação entre ser pai e os níveis de saúde mental, outras que revelam uma associação positiva entre os mesmos constructos, e ainda um vasto conjunto de pesquisas que por sua vez demonstram uma associação negativa entre os mesmos.

No que concerne às habilitações literárias, diferentes estudos demonstram que a saúde mental aumenta à medida que as habilitações literárias também crescem, existindo portanto uma associação positiva entre os dois constructos (Patel & Kleinman, 2003 cit in Alves & Rodrigues, 2010; Sironi, 2012). Um dos mecanismos explicativos desta associação é o de que um nível de educação superior permite o acesso a empregos melhor remunerados, a melhores condições de habitação e ainda a uma melhor inclusão social (WHO, 2001; Patel & Kleinman, 2003 cit in Alves & Rodrigues, 2010). Estes dados sugerem que investir na educação pode potenciar benefícios de longo prazo para a saúde mental, auxiliando não só na prevenção de

perturbações mentais, como na atenuação das mesmas (Sironi, 2012). Por outro lado, outros estudos apontam que o nível educacional não se encontra associado com a saúde mental (Araya, Lewis, Rojas & Fritsch, 2003 cit in Alves & Rodrigues, 2010). Apesar da divergência dos resultados das pesquisas sobre esta temática, importa salientar que um baixo nível educacional quando associado com fatores como a pobreza ou a exclusão social, podem dificultar ainda mais o acesso de indivíduos que já se encontram em risco de desenvolver uma perturbação mental aos cuidados de saúde (WHO, 2001 cit in Alves & Rodrigues, 2010).

### 1.3.3. Estudos sobre saúde mental e conflito entre trabalho e família

Tal como já foi referido no subcapítulo das consequências do conflito entre o trabalho e a família, diversos estudos apontam uma relação significativa entre este constructo e o nível de saúde mental (Bellavia & Frone, 2005). De acordo com a literatura, a saúde mental é a variável mais sensível a qualquer oscilação na relação trabalho-família (Frone, 2000) sendo que à medida que o conflito entre o trabalho e a família aumenta, também o *distress* psicológico aumenta (Major et al., 2002; Stephen et al., 2001 cit in Brough & O’Driscoll, 2005).

Allen et al. (2000) foram os autores de uma das mais importantes descobertas relacionadas com as consequências do conflito entre o trabalho e a família, tendo verificado uma forte associação entre o fenómeno e as consequências ao nível da saúde relacionadas com o *stress*, particularmente com a tensão psicológica, ansiedade e depressão, queixas somáticas, aumento da tensão arterial e com o abuso de álcool.

Os investigadores da área têm-se concentrado cada vez mais no estudo das consequências do conflito dos domínios laboral e familiar ao nível da saúde mental do indivíduo (Frone, 2000), constatando-se uma proliferação da evidência empírica que suporta a noção de que o conflito entre as esferas supracitadas conduz ao empobrecimento da saúde mental e à diminuição do bem-estar individual (Burkes & Greenglass, 1999 cit in Eby et al., 2005; Bagger et al., 2008 cit in Oliveira et al., 2013). Ambas as direções do conflito entre o trabalho e a família relacionam-se positivamente com o desenvolvimento de perturbações de ansiedade, humor e de dependência de substâncias. Contudo, verifica-se uma relação significativamente mais forte entre a CFT e o desenvolvimento de perturbações mentais, o que pode ser explicado a partir das diferenças nas atribuições de responsabilidade do conflito entre o trabalho e a família. Assim sendo, os sujeitos tendem a atribuir o CTF a causas externas tais como pressões e problemas impostos pela organização, responsabilizando-a pela ocorrência deste tipo de conflito, e a CFT a causas internas, o que pode ser encarado pelos indivíduos como uma incapacidade para gerir as suas vidas familiares. Importa acrescentar, que são as diferenças individuais na atribuição da responsabilidade que esclarecem a diferenciação das ligações das duas direções do conflito entre o trabalho e a família com a saúde mental (Frone, 2000).

## Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico: Impacto na saúde mental

No seu estudo empírico, Pereira, Queirós, Gonçalves, Carlotto e Borges (2014) abordam diversas investigações em que o conflito entre o trabalho e a família se encontra intimamente relacionada com o decréscimo da satisfação conjugal, da satisfação com a vida e do bem-estar psicológico, estando na base de diversas perturbações mentais como a depressão, o *burnout* e o abuso de substâncias. Igualmente, Wang et al. (2012) observam que ambas as direções do conflito entre o trabalho e a família se encontram positivamente relacionadas com níveis de depressão, independentemente do género do indivíduo.

Importa ainda referir, que o conflito entre o trabalho e a família afeta a saúde física mediante a sua influência na saúde mental e nos comportamentos relativos à mesma, sendo que a tensão ou o *distress* desencadeado pelo fenómeno se encontra muitas vezes na base de problemas de saúde física como a hipertensão ou o colesterol alto (Landsbergis et al., 2001; Steptoe, 1991 cit in Bellavia & Frone, 2005).

Bellavia e Frone (2005) mostram através do seu trabalho que esta tensão pode também estar associada a comportamentos pouco saudáveis, como à escassa prática de exercício físico, à ingestão massiva ou deficiente e pouco saudável de alimentos, e ao consumo de substâncias, que por sua vez afetam a saúde física e mental do indivíduo.

De acordo com Frone (2000) sujeitos que experimentam conflito entre os domínios laboral e familiar encontram-se mais propícios a desenvolver uma perturbação mental do que indivíduos que não reportam conflito estas duas esferas. Igualmente, Oomens, Geurts & Scheepers (2007) sugerem na sua investigação que quanto maior a dificuldade em articular exigências profissionais e familiares, pior é a saúde mental do indivíduo, encarando tanto o CTF como o CFT como antecedentes de piores níveis de saúde mental.

Chandola et al. (2004) ao compararem indivíduos do sexo feminino e masculino provenientes da Finlândia, do Japão e da Grã-Bretanha, concluíram que a problemática do conflito entre o trabalho e a família afeta a saúde mental de ambos os géneros. Porém, o mesmo estudo averiguou que na Grã-Bretanha e no Japão são as mulheres quem apresenta mais CFT e CTF respetivamente, e ainda pior nível de saúde mental (Chandola et al., 2004). Semelhantemente, Duxbury e Higgins (1991 cit in Silva, 2007) defendem que o CTF desencadeia efeitos mais profundos na saúde mental de indivíduos do sexo feminino. Na mesma linha, Rosenfield (1999 cit in Oomens et al., 2007) sustenta que mulheres com duplo-emprego reportam níveis de *stress* mais elevados e maior probabilidade de desenvolver perturbações mentais. Por conseguinte, também o *status* parental parece ter influência na relação entre a saúde mental e o conflito entre o trabalho e a família, verificando-se que indivíduos que são pais apresentam piores níveis de saúde mental do que sujeitos que não o são (Brough e O'Driscoll, 2005).

### 1.4. Súmula Integrativa

A análise dos diferentes mecanismos explicativos da relação entre o trabalho e a família possibilitou a compreensão de que atualmente, já não faz qualquer sentido abordar o

## Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico: Impacto na saúde mental

trabalho e a família como esferas independentes e separadas que não se influenciam mutuamente (Núncio, 2008). Fenómenos macrossociais como a globalização, a entrada da mulher no mercado de trabalho, o duplo-emprego e a flexibilização do trabalho aproximaram os domínios laboral e familiar (Bianchi & Milkie, 2010). Porém, a aproximação das duas esferas não está isenta de conflito (Andrade, 2011), pelo que a gestão de exigências profissionais e familiares se tem tornado num grande desafio para os trabalhadores (Ferguson, Carlson, Hunter & Whittnen, 2012).

Neste sentido, nos dias de hoje encara-se o trabalho e a família como domínios interdependentes, em que os aspetos negativos de cada um dos mesmos extravasam para o outro domínio através de um processo de *spillover* negativo (Andrade, 2010). O conflito entre o trabalho e a família emerge quando exigências de um domínio (e.g., trabalho) dificultam a concretização das exigências do outro (e.g., família) (Greenhaus & Beutell, 1985). Os autores supracitados identificaram ainda, três tipologias de conflito: conflito baseado no tempo, conflito baseado na tensão (*strain*), e conflito baseado no comportamento.

O conflito entre estas duas esferas centrais na vida do indivíduo é bidirecional (Conflito Trabalho → Família (CTF) e Conflito Família → Trabalho (CFT)) e cada direção possui um conjunto único de antecedentes e consequências (Frone et al., 1997; Grzywacz & Marks, 2000; Greenhaus & Powell, 2006). De uma maneira geral, é possível constatar que antecedentes relativos ao trabalho se encontram mais associados com a emergência do CTF, e antecedentes relacionados com a família com o aparecimento da CFT (Kinnunen & Mauno, 1998 cit in Noor, 2004; Byron, 2005).

No que respeita às suas consequências, o conflito entre o trabalho e a família desencadeia, independentemente da sua direção, efeitos ao nível do bem-estar individual, laboral e familiar (Frone, 2000). Contudo, acredita-se que o impacto do CTF se reflita essencialmente no domínio familiar, a partir da diminuição da satisfação familiar, parental e conjugal, da débil participação em atividades familiares e da dificuldade em interagir com os filhos, e no domínio individual mediante o desenvolvimento de quadros depressivos *major* e de abuso de substâncias, do decréscimo da saúde física e da autoestima (Frone, 2003 cit in Andrade, 2010). Por sua vez, acredita-se que o CFT se espelhe na esfera laboral mediante o decréscimo do desempenho profissional e da insatisfação laboral, do aumento da intenção de mudar de emprego, do elevado absentismo laboral e do desenvolvimento de diferentes patologias físicas e mentais (Frone, 2000). Neste sentido, sabe-se que o conflito entre o trabalho e a família é um dos maiores stressores laborais que afeta a organização, a família e o indivíduo, tendo-se vindo a assistir a uma proliferação da evidência empírica que sugere que o conflito entre estes dois domínios conduz à diminuição da saúde mental e do bem-estar individual (Burkes & Greenglass, 1999 cit in Eby et al., 2005; Bager, Li & Gutek, 2008 cit in Oliveira et al., 2013).

Atendendo ao papel fundamental da saúde mental na saúde do indivíduo é importante compreender o impacto de determinados fatores de risco para a doença mental (Macedo, 2013).

## Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico: Impacto na saúde mental

As profundas mudanças económicas, financeiras e sociais conduziram ao estabelecimento de *stress* económico, que por sua vez pode ser definido como a perceção de incapacidade em satisfazer necessidades básicas e cumprir obrigações financeiras, o que não permite a instalação de uma perspetiva financeira inabalável (Barrera et al., 2001 cit in Huang et al., 2010). A investigação aponta que o *stress* económico pode potencializar situações stressantes entre os papéis laborais e familiares (Schieman & Young, 2011), desencadeando maiores níveis de insatisfação com o trabalho e com a família (Batt & Valcour, 2003; Hughes & Galinsky, 1994 cit in Sinclair et al., 2013). Para além de tudo isto, este fenómeno exerce uma profunda e prejudicial influência sobre a saúde mental (Economou et al., 2013), que se torna ainda mais severa quando o *stress* económico se encontra relacionado com o conflito entre o trabalho e a família (Annink et al., 2014).

O *stress* económico corresponde portanto, a um *stressor* crónico que extravasa as fronteiras do domínio familiar e “contamina” outras esferas, particularmente a laboral (Schieman & Young, 2011), esperando-se que a atual crise económica, financeira e social provoque uma intensificação do conflito entre o trabalho e a família, que tenderá a tornar-se cada vez mais prevalente no decorrer dos próximos anos (Mihelič & Tekavčič, 2014).

## Parte II - Estudo Empírico

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

## Capítulo II - Material e Método

### 2.1. Apresentação do estudo e objetivos

O Estado da Arte permitiu apurar que o conflito entre o trabalho e a família é uma temática central na literatura, evidenciando a importância de variáveis como a perceção de *stress* económico e a saúde mental. Tal como citado anteriormente, o presente estudo tem como principal finalidade contribuir para a compreensão da ligação dos conceitos de perceção de *stress* económico e conflito trabalho-família e família-trabalho, bem como compreender o impacto do último constructo na saúde mental. Assim sendo, e de acordo com o mencionado, o presente estudo tem como fim dar resposta aos seguintes objetivos:

- Analisar as relações existentes entre variáveis de perceção de *stress* económico e o conflito trabalho-família e família-trabalho;
- Investigar se existe relação entre a saúde mental e as direções conflito trabalho-família e família-trabalho;
- Analisar se existe divergência ou convergência no que concerne aos níveis de saúde mental mediante diferentes variáveis sociodemográficas em conjunto com as direções do conflito entre o trabalho e a família;

### 2.2. Hipóteses

Com a finalidade de operacionalizar os objetivos, e com base na literatura sobre o tema, foram delineadas as seguintes hipóteses gerais:

- **Grupo I: Relação entre Perceção de *stress* económico, conflito trabalho-família e família-trabalho**

Considerando o exposto no estado da arte, o conflito entre o trabalho e a família pode surgir quando um indivíduo se sente indisponível para responder às exigências dos papéis familiares devido à pressão exercida pela perceção de *stress* económico (Annink, Gorgievski, Dekker & Dulk, 2014). Na mesma linha teórica de Schieman e Young (2011), definimos no presente estudo empírico perceção de *stress* económico como a sensação de dificuldades por parte do indivíduo em satisfazer as necessidades básicas do agregado familiar, nomeadamente cumprir obrigações financeiras ou adquirir bens essenciais como vestuário, alimentação, cuidados médicos, transporte e/ou habitação. Alguns estudos empíricos realizados propõem uma relação significativa entre a perceção de *stress* económico e a CFT (Schieman & Young, 2011), e a perceção de *stress* económico e ambas as direções do conflito entre o trabalho e a família (Annink, Gorgievski, Dekker & Dulk, 2014). Assim sendo, espera-se que famílias com dificuldades económicas reportem mais conflito entre os domínios laboral e familiar, que resulta das fortes pressões a que são sujeitos para cuidar da família (Williams & Boushey, 2010). Para além do mencionado, a investigação demonstra que indivíduos com

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

perceção de *stress* económico tendem a apresentar piores níveis de saúde mental (Taylor & Goldhause, 2007; TUI, 2005 cit in Sinclair et al., 2013). Neste sentido, formularam-se as seguintes hipóteses:

**H<sub>1a</sub>:** Os níveis de conflito trabalho-família são mais elevados em indivíduos que percecionam que o rendimento não permite satisfazer as principais necessidades da família.

**H<sub>1b</sub>:** Os níveis de conflito família-trabalho são mais elevados em indivíduos que percecionam que o rendimento não permite satisfazer as principais necessidades da família.

De forma exploratória, pretendemos averiguar se a avaliação do indivíduo acerca da diminuição do rendimento do seu agregado familiar afeta os níveis de conflito trabalho-família e família-trabalho. Neste sentido, delinearam-se como hipóteses exploratórias:

**H<sub>2a</sub>:** Os níveis de conflito trabalho-família são mais elevados em indivíduos que avaliam o decréscimo do rendimento como muito significativo.

**H<sub>2b</sub>:** Os níveis de conflito família-trabalho são mais elevados em indivíduos que avaliam o decréscimo do rendimento como muito significativo.

➤ **Grupo II: Relação entre saúde mental e conflito trabalho-família e família-trabalho**

De acordo com a literatura, existe uma relação significativa entre o conflito das áreas laboral e familiar e o nível da saúde mental, verificando-se uma relação positiva entre estas duas variáveis, isto é, à medida que o conflito aumenta, também a angústia psicológica (*psychological distress*) aumenta (Major et al., 2002; Stephen et al., 2001 cit in Brough & O'Driscoll, 2005). Neste sentido, a vivência do conflito entre estas duas áreas da vida do indivíduo acarreta um empobrecimento ao nível da saúde mental e do bem-estar individual (Burkes & Greenglass, 1999 cit in Eby et al., 2005; Bagger et al., 2008 cit in Oliveira et al., 2013), assumindo-se que ambas as direções do conflito se encontram positivamente relacionadas com perturbações de ansiedade, humor, dependência de substâncias (Frone, 2000) e queixas somáticas (Allen et al., 2000), pelo que se formularam as seguintes hipóteses:

**H<sub>3a</sub>:** Níveis mais baixos de saúde mental encontram-se relacionados com níveis mais altos de conflito trabalho-família.

**H<sub>3b</sub>:** Níveis mais baixos de saúde mental encontram-se relacionados com níveis mais altos de conflito família-trabalho.

➤ **Grupo III: Relação entre níveis de saúde mental, conflito trabalho-família, família-trabalho e variáveis sociodemográficas**

Tendo por base o exposto no estado da arte, é possível afirmar que o sexo é um dos grandes determinantes dos níveis de saúde mental, encontrando-se diferenças entre o sexo feminino e o masculino (Macedo, 2013). Prevalece uma propensão significativamente maior para indivíduos do sexo feminino reportarem perturbações do foro psiquiátrico quando

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

comparados com os do masculino (Mirza & Jenkins, 2004 cit in Prince et al., 2007). Assim sendo, diferentes investigações defendem que a prevalência de perturbações mentais não psicóticas é claramente mais elevada no género feminino do que no masculino (Araújo, Pinho & Almeida, 2005; Roberto & Almeida, 2011). Importa assim referir, que as diferenças na prevalência de perturbações mentais entre ambos os sexos deve-se sobretudo à influência que o género detém sobre os diversos determinantes da saúde mental (posição socioeconómica, acesso a recursos, *status* e papéis sociais).

De acordo com a literatura, ambas as direções do conflito entre o trabalho e a família tendem a desencadear consequências mais graves ao nível da saúde mental de indivíduos do sexo feminino (Frone, 2000; Chandola et al., 2004). Neste âmbito, formularam-se as seguintes hipóteses:

**H<sub>4a</sub>: O sexo conjuntamente com o conflito trabalho-família é preditor da saúde mental.**

**H<sub>4b</sub>: O sexo conjuntamente com o conflito família-trabalho é preditor da saúde mental.**

De acordo com a literatura, é possível afirmar que as habilitações literárias se encontram associadas com a saúde mental, tendo-se verificado que habilitações literárias superiores predizem de forma positiva os níveis de saúde mental, ou seja, à medida que uma aumenta a outra também aumenta (Patel & Kleinman, 2003 cit in Alves & Rodrigues, 2010; Sironi, 2012). Assume-se que indivíduos com habilitações literárias superiores tendem a desempenhar cargos claramente melhor remunerados, a possuir melhores condições de habitação, e ainda a estarem socialmente melhor integrados do que os sujeitos com baixo nível de educação (WHO, 2001; Patel & Kleinman, 2003 cit in Alves & Rodrigues, 2010). Reconhecendo que ambas as direções do conflito entre o trabalho e família afetam a saúde mental e que as habilitações literárias se encontram associadas com mesma, delinearão-se como hipóteses:

**H<sub>5a</sub>: A variável habilitações literárias conjuntamente com o conflito trabalho-família é preditora da saúde mental.**

**H<sub>5b</sub>: A variável habilitações literárias conjuntamente com o conflito família-trabalho é preditora da saúde mental.**

Atendendo ao estado civil, a investigação defende que o *status* matrimonial desencadeia um conjunto de efeitos benéficos para a saúde mental do indivíduo (Braithwaite et al., 2010; Williams et al., 2010; Carlson, 2012). Assim, sugere-se que o casamento se encontra associado ao aumento do bem-estar psicológico e ao decréscimo do *distress* psicológico. No seu estudo empírico, Ferreira, Ferreira e Pereira (2012) demonstram que indivíduos que se encontram atualmente casados ou a viver em união de facto reportam melhores níveis de saúde mental do que indivíduos viúvos. No entanto é possível constatar que o divórcio e a viuvez têm um maior impacto na saúde mental do que o início de uma

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

relação conjugal (Strohschein et al., 2005 cit in Williams et al., 2010). Sabendo que ambas as direções do conflito entre o trabalho e a família afetam a saúde mental (Chandola et al., 2004; Oomens et al., 2007) e que o *status* matrimonial acarreta consequências benéficas para a saúde mental, delinearam-se as seguintes hipóteses:

**H<sub>6a</sub>: O estado civil em conjunto com o conflito trabalho-família prediz a saúde mental.**

**H<sub>6b</sub>: O estado civil em conjunto com o conflito família-trabalho prediz a saúde mental.**

A partir da análise da literatura, é possível constatar que a presença de dependentes em casa afeta os níveis de tensão psicológica, evidenciando-se que independentemente do sexo, indivíduos que têm filhos reportam consequências mais nefastas ao nível da saúde mental quando comparados com sujeitos que não são pais (Gove & Geerken, 1977; Brough & O'Driscoll, 2005). Na sua investigação, Gove e Geerken (1977) sugerem ainda que ter um filho em casa contribui para uma pior saúde mental, destacando que o mesmo impacto é mais profundo ao nível da saúde mental da mulher. Verificando-se que o conflito entre o trabalho e a família afeta a saúde mental (Chandola et al., 2004; Oomens et al., 2007) e que a presença de filhos em casa implica consequências negativas para a mesma, foram formuladas neste sentido, as hipóteses que se seguem:

**H<sub>7a</sub>: A variável filhos em conjunto com o conflito trabalho-família é preditora da saúde mental.**

**H<sub>7b</sub>: A variável filhos em conjunto com o conflito família-trabalho é preditora da saúde mental.**

Não foram encontrados estudos empíricos que demonstrem que indivíduos menos satisfeitos em relação à sua remuneração apresentam níveis mais baixos de saúde mental do que indivíduos mais satisfeitos relativamente à mesma e com o mesmo nível de conflito trabalho-família e família-trabalho. Considerámos este facto como um ponto forte do nosso estudo, uma vez que os nossos resultados podem contribuir para o progresso da compreensão acerca desta temática. A satisfação com a remuneração trata-se de um determinante da satisfação com o trabalho, podendo ser a responsável pela sua variação (Cavanagh, 1992 cit in Martinez & Paraguay, 2003). Assim sendo, a satisfação com a retribuição salarial depende da equidade, na medida em que a remuneração recebida é equitativa em relação aos colegas, da quantidade, no sentido em que deve ser suficiente para dar resposta às principais necessidades, da forma de pagamento e dos benefícios, isto é, do direito à assistência médica, à reforma, ao seguro de desemprego e às férias. Por sua vez, também a segurança ou estabilidade no emprego corresponde a um fator de pagamento essencial, pois o indivíduo sente-se seguro relativamente à retribuição do seu ordenado mensal (Cavanagh, 1992 cit in Martinez & Paraguay, 2003).

De acordo com a literatura a insatisfação com o trabalho afeta diretamente o comportamento, a saúde e o bem-estar do indivíduo, afetando a sua saúde física e mental (Henne & Locke, 1985 cit in Marqueze & Moreno, 2005). Diferentes estudos empíricos sugerem uma associação estatisticamente significativa entre a satisfação no trabalho e a saúde mental (O’Driscoll & Beehr, 2000 cit in Marqueze & Moreno, 2005). Assim sendo, operacionalizaram-se as seguintes hipóteses:

**H<sub>8a</sub>:** Os indivíduos que usufruem de remunerações mais baixas com níveis mais elevados de conflito trabalho-família detêm menor saúde mental

**H<sub>8b</sub>:** Os indivíduos que usufruem de remunerações mais baixas com níveis mais elevados de conflito família-trabalho detêm menor saúde mental.

**H<sub>8c</sub>:** Indivíduos menos satisfeitos relativamente à remuneração com níveis mais elevados de conflito trabalho-família detêm menos saúde mental.

**H<sub>8d</sub>:** Indivíduos menos satisfeitos relativamente à remuneração com níveis mais elevados de conflito família-trabalho detêm menos saúde mental.

### 2.3. Variáveis em estudo

Foram operacionalizadas cinco variáveis independentes, sendo que os dados foram recolhidos a partir do questionário sociodemográfico construído pelo grupo de investigação. Seguidamente, operacionalizaremos algumas variáveis consideradas relevantes:

➤ **Habitações literárias:** A variável habilitações literárias foi registada de acordo com diferentes alternativas de resposta que consistiam em “até ao 9º ano”, “secundário (12º ano)”, “licenciatura”, “mestrado” e “doutoramento”. No entanto, no âmbito da análise das hipóteses, esta variável foi codificada em três grupos, o do “até ao 9º ano”, o do “secundário (12º ano)” e o do “ensino superior”, que por sua vez reunia as respostas “licenciatura, mestrado e doutoramento”.

➤ **Estado Civil:** As alternativas de resposta a esta variável correspondiam a “solteiro”, “casado”, “divorciado”, “viúvo” e “união de facto”. Porém, com a finalidade de tratar a variável, codificaram-se quatro grupos sendo que três dos mesmos mantiveram a sua designação inicial, mais especificamente “solteiro”, “divorciado” e “viúvo”, à exceção dos indivíduos casados e em união de facto, que foram agrupados numa só categoria designada “casado ou em união de facto”.

➤ **Remuneração líquida mensal:** A variável remuneração líquida mensal foi registada conforme as remunerações referenciadas pelos participantes e mais tarde agrupada em seis grandes categorias: a primeira categoria compreende rendimentos líquidos mensais de 100 a 500€, a segunda de 500 a 1000€, a terceira de 1000 a 1500€, a quarta de 1500 a 2000€ e por sua vez a quinta, rendimentos iguais ou superiores a 2000€. Criou-se ainda uma sexta categoria que abrange as não-respostas à questão.

➤ **Perceção de *stress* económico:** A variável perceção de *stress* económico é constituída por duas variáveis, mais especificamente pela avaliação do decréscimo do rendimento e pela satisfação das principais necessidades da família. Assim sendo, sempre que nos referimos à variável perceção de *stress* económico fazemos alusão a ambas as variáveis, que nos permitem avaliar a perceção de cada indivíduo acerca do seu *stress* económico. Para facilitar a sua compreensão, apresentar-se-ão seguidamente ambas as variáveis que o contemplam:

o **Avaliação do decréscimo do rendimento:** No que concerne a esta variável, considerámo-la como a perceção que o sujeito têm acerca do decréscimo do rendimento do agregado familiar. Partindo do pressuposto que quanto mais significativo for o decréscimo mais severo se torna, as respostas dos sujeitos foram recolhidas a partir de uma escala *likert* de 7 pontos, em que 1 é pouco significativo e 7 extremamente significativo. Para tratar esta informação primeiro filtraram-se os dados, tendo sido apenas consideradas nesta variável as respostas dos sujeitos que responderam “sim” à variável anterior, sendo que de seguida se agruparam os pontos 1 e 2 na categoria “pouco significativo”, 3, 4 e 5 na categoria “moderadamente significativo” e os pontos 6 e 7 na categoria “muito significativo”.

o **Satisfação das principais necessidades da família:** Esta variável foi registada a partir de duas opções dicotómicas de resposta “sim” e “não”, tendo sido tratada no Spss com a mesma configuração.

Por último, no contexto da presente investigação, definiram-se como **variáveis dependentes**, ou seja, como variáveis explicadas a partir da influência de variáveis independentes (Rodrigues, 2007), os níveis de conflito trabalho-família e família-trabalho, e os índices de saúde mental. Importa referir que estes dados são recolhidos a partir da subescala 1.1 da escala T-F (trabalho-família) e do inventário de saúde mental (MHI-5).

## 2.4. Desenho da investigação

O presente estudo baseia-se numa abordagem de análise quantitativa, que busca explicar e prever um fenómeno a partir da medida de variáveis e da análise numérica, apelando à utilização de instrumentos de avaliação e de procedimentos estatísticos. Trata-se de uma investigação de cariz transversal (*cross-sectional*), em que a recolha de dados para o suporte da investigação foi realizada num momento isolado (Ribeiro, 1999). Revela-se igualmente descritiva e correlacional, pois pretende a partir da administração de um protocolo de investigação descrever as características da população em estudo e determinar o grau de associação entre variáveis (Ribeiro, 1999).

## 2.5. Participantes

Para a constituição da amostra foi utilizado o método de amostragem não probabilístico e por conveniência, uma vez que se selecionaram para a presente investigação os elementos da população que demonstraram interesse e disponibilidade para participar no mesmo (Levy & Lemeshow, 1980; Lwanga & Lemeshow, 1991 cit in Marotti, Galhardo, Furuyama, Pigozzo, Campos & Laganá, 2008). Os critérios de inclusão e exclusão possibilitam determinar quais os indivíduos que podem participar no estudo empírico (Pereira, 2003 cit in Marotti, et al., 2008), tendo sido definido como único critério de inclusão estar a trabalhar há pelo menos 3 meses consecutivos na mesma instituição ou organização.

Foram recolhidos 293 protocolos de investigação em diferentes Concelhos Portugueses, mais concretamente Aveiro, Ílhavo, Figueira da Foz, Coimbra, Covilhã, Leiria, Fátima, Pombal, Castelo-Branco, Tondela, Fundão e Santarém. Importa destacar que foram distribuídos mais protocolos de investigação que nunca nos foram entregues, ou que quando entregues se encontravam bastante incompletos.

## 2.6. Caracterização da amostra

A amostra inicial do presente estudo era constituída por 293 participantes, porem após a análise das não-respostas (*missing values*), 6 sujeitos foram retirados da amostra devido ao facto de não responderem a mais de 10% das questões de pelo menos um dos questionários. Assim sendo, ficámos com uma amostra final constituída por 287 indivíduos residentes em diferentes concelhos, tal como já foi referido anteriormente. Dos restantes indivíduos que não responderam à totalidade do protocolo de investigação, mas que tiveram percentagens de não-resposta inferiores a 10%, optou-se por não excluir os elementos amostrais referidos para não se desperdiçar dados associados a outras questões por eles respondidos. Neste sentido, optou-se pela substituição das não-respostas por imputação, a partir do método de regressão linear múltipla. Este processo é empregue com o objetivo de prever os valores das não-respostas de uma variável com base na sua relação com outras variáveis no conjunto de dados (Hair, Black, Babin & Anderson, 2010).

A caracterização da amostra será feita inicialmente de acordo com as variáveis sociodemográficas como a idade, o sexo, a nacionalidade, a profissão ou ocupação profissional e as habilitações literárias. De seguida, procurar-se-á caracterizá-la tendo por base a informação relativa à sua situação profissional como ao tipo de emprego e de contrato, aos anos e meses de trabalho na instituição e à remuneração líquida mensal recebida pelas suas funções laborais. Por último, irá ser exposta a caracterização das variáveis relacionadas com a informação relativa à situação familiar.

Assim sendo, no que concerne à caracterização sociodemográfica da presente amostra, tal como se pode verificar na tabela I, os participantes têm idades compreendidas entre os 18 e os 67 anos de idade, sendo a média de idades de  $\bar{x} = 37.51$  anos e o desvio padrão (DP) de  $\approx 11.25$ . No que respeita à distribuição por sexo, é possível verificar-se que a amostra

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

utilizada no presente estudo é constituída na sua maioria por indivíduos do sexo feminino, que representam 64.7% da mesma. Em relação à nacionalidade, averigua-se que a amostra é constituída maioritariamente por sujeitos portugueses (97.6%), realçando-se que os indivíduos de outra nacionalidade (1.4%) declaram ser de origem Brasileira, Venezuelana e Canadiana.

Aquando a análise dos dados provenientes da variável profissão, é possível verificar-se que o maior valor percentual corresponde aos trabalhadores dos serviços pessoais, de proteção e vendedores (34.5%) seguindo-se dos especialistas das atividades intelectuais e científicas (15.0%) e dos trabalhadores qualificados da indústria, construção e artífices (11.5%). No que concerne às habilitações literárias, é possível averiguar-se que a amostra total é constituída maioritariamente por sujeitos com o ensino secundário (12º ano de escolaridade) (44.8%) e com licenciatura (25.2%).

**Tabela I:** Caracterização da amostra em função da idade, sexo, nacionalidade, profissão e habilitações literárias (N=287).

	n	%
<b>Idade</b>		
18-25 anos	43	15.0%
26-35 anos	95	33.1%
36-45 anos	77	26.8%
46-55 anos	46	16.0%
≥55 anos	23	8.0%
Não responde	3	1.0%
<b>Sexo</b>		
Masculino	101	35.3%
Feminino	185	64.7%
Não responde	1	-
<b>Nacionalidade</b>		
Portuguesa	280	97.6%
Outra	4	1.4%
Não responde	3	1.0%

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

<b>Profissão</b>		
Representantes do poder legislativo e órgãos executivos, dirigentes, diretores e gestores executivos	9	3.1%
Especialistas das atividades intelectuais e científicas	43	15.0%
Técnicos e profissões de nível intermédio	29	10.1%
Pessoal administrativo	30	10.5%
Trabalhadores dos serviços pessoais, de proteção e vendedores	99	34.5%
Agriculturas e trabalhadores qualificados da agricultura, pesca e floresta	2	0.7%
Trabalhadores qualificados da Indústria, construção e artífices	33	11.5%
Operadores de instalações e máquinas e trabalhadores de montagem	5	1.7%
Trabalhadores não qualificados	6	2.1%
Não identificado	9	3.1%
Não responde	22	7.7%
<b>Habilitações literárias</b>		
Até ao 9ºano	67	23.4%
Secundário (12ºano)	128	44.8%
Licenciatura	72	25.2%
Mestrado	16	5.6%
Doutoramento	3	1.0%
Não responde	1	-

Relativamente à informação relativa à tabela II, e concentrando-nos na informação alusiva à situação profissional, verifica-se que grande parte da amostra respondeu “tenho um emprego a tempo inteiro (*full-time*)” (89.5%), seguindo-se da resposta “tenho um emprego de trabalho temporário” (4.9%). Relativamente ao tipo de contrato de trabalho mantido na empresa ou instituição, a resposta mais prevalente foi “tempo indeterminado” (52.3%), sucedendo-se a resposta “termo certo ou contrato a prazo” (21.6%).

Ao analisar-se a variável tempo de trabalho na empresa ou instituição (em meses), observa-se um tempo mínimo de 3 e máximo de 571 meses, sendo a média do tempo de trabalho na mesma instituição de  $\bar{X} = 124.56$  e o desvio padrão de  $\approx 112.98$ .

Em relação ao tempo médio passado por dia no local de trabalho (em horas), é possível observar-se que as horas de trabalho podem variar entre um mínimo de 2 e um máximo de 14 horas diárias, obtendo-se assim uma média de  $\bar{X} = 8.73$  e um desvio padrão de  $\approx 1.55$ .

Quanto à variável remuneração líquida mensal, é possível verificar-se que a mesma varia entre um mínimo de 100 euros e um máximo de 5000 euros mensais, obtendo-se assim uma média de  $\bar{X} = 754.73$  euros recebidos pelo trabalho mensal (DP  $\approx 457.35$ ).

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

**Tabela II:** Caracterização da amostra em função da situação profissional, contrato de trabalho, tempo de trabalho na empresa ou instituição (em meses), tempo médio passado por dia no local de trabalho e da remuneração líquida mensal (N=287).

	n	%
<b>Situação profissional</b>		
Tenho um emprego a tempo inteiro ( <i>full-time</i> )	257	89.5%
Tenho um emprego em regime de tempo parcial ( <i>part-time</i> )	13	4.5%
Tenho um emprego de trabalho temporário	14	4.9%
Não responde	3	1.0%
<b>Contrato de trabalho</b>		
Tempo indeterminado	150	52.3%
Tempo certo ou contrato a prazo	62	21.5%
Tempo incerto ou contrato sem termo	47	16.4%
Avença ou “recibo verde”	6	2.1%
Outro	15	5.2%
Não responde	7	2.4%
<b>Tempo de trabalho na empresa/instituição</b>		
[3-74[ meses	129	44.9%
[74-145[ meses	46	16.0%
[145-216[ meses	56	19.5%
[216-287[ meses	20	7.0%
[287-358[ meses	13	4.5%
[358-429[ meses	10	3.5%
[429-500[ meses	4	1.4%
[500-571[ meses	1	0.3%
Não responde	8	2.8%
<b>Tempo médio passado por dia no local de trabalho</b>		
[2-4[ horas	2	0.7%
[4-6[ horas	14	4.9%
[6-8[ horas	120	41.8%
[8-10[ horas	122	42.5%
[10-12[ horas	16	5.6%
[12-14[ horas	5	1.7%
Não responde	8	2.8%
<b>Remuneração líquida mensal</b>		
[100-500[ euros	70	24.4%
[500-1000[ euros	142	49.5%
[1000-1500[ euros	27	9.4%
[1500-2000[ euros	6	2.1%
≥2000 euros	4	1.4%
Não responde	38	13.2%

No que respeita à informação relativa à tabela III, e atendendo à distribuição por estado civil, é possível averiguar que a amostra é na sua maioria constituída por indivíduos

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

casados (46.7%), e indivíduos solteiros (31.6%). Já no que toca à variável filhos, verifica-se que a amostra é constituída maioritariamente por indivíduos que têm filhos (55.7%). Importa ainda referir, que na sua grande maioria, os participantes não residem sozinhos (87.1%).

**Tabela III:** Caracterização da amostra em função do estado civil, do *status* parental e se reside ou não sozinho (N=287).

	n	%
<b>Estado civil</b>		
Solteiro	90	31.6%
Casado	133	46.7%
Divorciado	13	4.6%
Viúvo	5	1.8%
União de facto	44	15.4%
Não responde	2	-
<b>Filhos</b>		
Sim	160	55.7%
Não	99	34.5%
Não responde	28	9.8%
<b>Reside sozinho</b>		
Sim	27	9.4%
Não	250	8.7%
Não responde	10	3.5%

Considerou-se também essencial caracterizar a amostra relativamente aos seus níveis de saúde mental. Atendendo às percentagens obtidas no MHI-5, averiguou-se que 166 (57.8%) dos 287 participantes apresentam sintomas graves ao nível da saúde mental (pontuação inferior a 52), sendo que outros 54 (18.8%) dos participantes patenteiam sintomas moderados (valores entre 52 e 60). A média observada dos níveis de saúde mental concentrou-se no valor  $\bar{x}$ =50.24, valor que se enquadra na categoria dos sintomas graves (cf. Tabela IV).

**Tabela IV:** Caracterização da amostra em função dos níveis de saúde mental (N=287).

	n	%
<b>Saúde Mental (MHI-5)</b>		
Sintoma graves	166	57.8%
Sintomas moderados	54	18.8%
Sem sintomas	67	23.3%

## 2.7. Instrumentos

A recolha de dados é parte essencial dos trabalhos de investigação, exigindo deste modo, a elaboração e seleção de instrumentos devidamente apropriados. Após uma aprofundada revisão bibliográfica selecionaram-se dois instrumentos de avaliação considerados pertinentes para a recolha de informação respeitante aos objetivos e investigação delineados. Descrevem-se seguidamente os instrumentos contemplados no protocolo de investigação, mais especificamente: o questionário sociodemográfico, a escala Trabalho-Família (T-F) e o Inventário de Saúde Mental (MHI-5) (Ribeiro, 2001) (Anexo I)

➤ Elaborou-se um **questionário sociodemográfico** com a finalidade de se efetuar uma caracterização sociodemográfica dos participantes. Este questionário foi construído de forma a recolher informação sobre a idade, género, nacionalidade, profissão ou ocupação profissional, habilitações literárias, situação profissional e tipo de contrato, remuneração líquida mensal, estado civil, situação profissional do conjuge, tempo de casamento, número de filhos e constituição do agregado familiar. Para além destas informações biográficas, construíram-se questões de índole mais pessoal relacionadas com a existência de *stress* económico como: se no último ano, o rendimento do agregado familiar sofreu algum decréscimo; como é que o sujeito avalia esse decréscimo recorrendo a uma escala de 1 (pouco significativo) a 7 (extremamente significativo); se o rendimento permite satisfazer as principais necessidades da família; e se como consequência do decréscimo do rendimento, o sujeito teve de efetuar alterações ao nível dos hábitos alimentares e das atividades de lazer, de deixar de recorrer a serviços de saúde em situações de doença física ou mental, de comprar medicação, ou se como consequências teve de recorrer a instituições de solidariedade social e a créditos bancários. Importa referir, que o questionário é constituído no total por 21 itens de resposta rápida e direta.

➤ Como medida de tensão entre o trabalho e a família ou vida pessoal, selecionou-se a **Escala Trabalho-Família (T-F)**. Este instrumento pressupõe avaliar a conciliação do trabalho com a família (CTF), da família com o trabalho (CFT), do trabalho enquanto facilitador da vida familiar (TFVF) e da família enquanto facilitador do trabalho (FFT). De facto, avalia mais especificamente as dimensões da interferência do trabalho com a família ou vida pessoal, da interferência da família ou vida pessoal com o trabalho; do trabalho enquanto facilitador da vida familiar ou pessoal; da família ou vida pessoal como facilitadora do trabalho; do impacto da tensão trabalho-família ou vida pessoal no trabalho e do impacto da tensão trabalho-família ou vida pessoal na vida pessoal.

A T-F fundamenta-se num vasto conjunto de itens de diferentes escalas da área do conflito entre o trabalho e a família considerados suficientemente eficazes para analisar as dimensões relativas a esta problemática (Netermeyer, Boles & McMurrian, 1996; Gutek, Searle & Klepa, 1991 cit in Montgomery, Panagopolou & Benos, 2006), tendo-se sentido a necessidade de traduzir, aferir e adaptar o instrumento para a população portuguesa (Pinto,

2012). O instrumento de avaliação contém notáveis propriedades psicométricas, detendo uma consistência interna (alpha de Cronbach) de 0,90 (Montgomery et al., 2006). Na sua validação e adaptação para Portugal, revelou uma consistência interna de 0.94 (Pinto, 2012).

Importa frisar que a escala T-F não têm sido empregada na sua totalidade, sendo que os estudos empíricos realizados na área têm recorrido apenas a partes desta escala. Desta forma, e conforme o objetivo das mesmas pesquisas, utilizam-se como escalas unidimensionais isoladas, as dimensões constituídas pelos itens pertinentes para um dado estudo (Pinto, 2012). No âmbito deste trabalho, tendo em conta os objetivos definidos, utilizaram-se exclusivamente os primeiros 17 itens da subescala 1.1 da escala T-F, que permitem avaliar o CTF (itens 1 a 9) e o CFT (itens 10 a 17) no próprio indivíduo. Esta subescala é cotada a partir de uma escala *Likert*, em que 1 corresponde a “Raras vezes”, 2 “Algumas vezes”, 3 “Muitas vezes” e 4 “A maior parte das vezes”.

➤ Para avaliar a saúde mental, utilizou-se o **Inventário de Saúde Mental (MHI-5)** traduzido, aferido e adaptado para a população portuguesa por Pais Ribeiro em 2001 (Ribeiro, 2007). O MHI-5 é um questionário de autorresposta numa versão reduzida de cinco itens do Inventário de Saúde Mental de 38 itens, desenhado para integrar o questionário de avaliação de saúde utilizado no *Medical Outcomes Study*, tanto para a versão reduzida, o *Short Form-20 Health Survey Questionnaire (SF-20)*, como para o *Short Form-36 Health Survey Questionnaire (SF-36)* (Ribeiro, 2011). No entanto, este instrumento também pode ser administrado de forma isolada (Ribeiro, 2011).

Este instrumento subsiste assim, numa ferramenta indicada para avaliar a saúde mental, mais concretamente sintomas psicológicos de humor e ansiedade e de perda de controlo sobre os sentimentos, pensamentos e comportamentos, tendo como principal objetivo o rastreio e não o diagnóstico (Ribeiro, 2011). Optou-se pela utilização do MHI-5 devido à sua elevada correlação com a escala geral (Ribeiro, 2007), e por se tratar de uma versão breve, fácil de preencher e aplicável a diferentes populações (Strand et al., 2003 cit in Viana, 2010), sendo assim considerado o instrumento mais indicado e pertinente na presente investigação, visto que o objetivo se prende com a avaliação do impacto da perceção de *stress* económico no CTF e no CFT e na sua relação com a saúde mental, e não com a elaboração de diagnósticos.

Esta escala inclui os itens 11,17,19,27 e 34 do MHI, que representam as dimensões de saúde mental da Ansiedade, Depressão, Perda de Controlo Emocional-Comportamental e Bem-Estar Psicológico, sendo que três destes itens integram a escala de *Distress* e dois a escala de bem-estar positivo (Ribeiro, 2011). O Inventário inclui questões sobre o humor no decorrer do último mês, com o objetivo de medir a experiência de bem-estar e a ausência de *distress* psicológico neste mesmo período (Ribeiro, 2007). A resposta a cada item é dada numa escala de tipo *Likert* de cinco ou seis posições, tendo-se selecionado no presente estudo o instrumento constituído por uma escala ordinal de cinco pontos, em que 1 corresponde a “Sempre”, 2 “Quase Sempre”, 3 “A maior parte do tempo”, 4 “Durante algum tempo” e 5

“Nunca”. No que concerne à sua cotação, quando o indivíduo assinalar na casa mais à esquerda será atribuída a pontuação 5, e na casa mais à direita o valor 1, sendo que os itens 1,3 e 4 são cotados de forma inversa (Ribeiro, 2011).

A pontuação total resulta da soma dos valores brutos dos itens que compõem a escala, podendo alternar entre um mínimo de 5 e um máximo de 30 pontos. Seguidamente, deve-se converter o resultado obtido para um intervalo de 0 a 100 a partir de uma fórmula de conversão<sup>5</sup>, correspondendo o ponto de corte ao valor 52, isto é, resultados inferiores a esta pontuação correspondem a sintomas graves de sofrimento psicológico. Yamazaki, Fukuhara e Green (2005 cit in Ribeiro, 2011) sugerem ainda, que valores situados entre o intervalo 52-60 se traduzem em sintomas moderados. Neste sentido, resultados superiores traduzem-se numa melhor saúde mental, experiência de bem-estar psicológico e na ausência de *distress* psicológico durante o último mês (Marques et al., 2011).

Apresenta boas características psicométricas, sendo que os itens que compõem o instrumento têm, no estudo original, uma correlação de  $r=0,95$  e de  $r=0,92$  com o valor total da versão longa. A sua consistência interna (alpha de Cronbach) varia entre 0,80 e 0,96 (Ware, Kosinski, & Keller 1994 cit in Marques, Pais-Ribeiro & Lopez, 2011). Na sua validação e adaptação para Portugal, o instrumento reportou uma consistência interna idêntica de 0,87 (Ribeiro, 2011).

## 2.8. Descrição e fiabilidade dos instrumentos

No presente estudo, os fatores extraídos da escala T-F, mais especificamente o conflito trabalho-família (CTF) e o conflito família-trabalho (CFT), e o MHI-5 exibem de acordo com a literatura uma fiabilidade boa, uma vez que apresentam valores de alpha de Cronbach situados entre 0.8 e 0.9, tal como se pode averiguar na tabela seguinte.

Tabela V: Alpha de Cronbach para os fatores CTF e CFT da escala T.F e para o MHI5 (N=287).

Instrumentos	Número de itens	Alpha de Cronbach ( $\alpha$ )
CTF	9	.88
CFT	8	.86
MHI5	5	.81

No que concerne à descrição dos instrumentos administrados na presente investigação, podemos verificar que para os fatores extraídos da subescala 1.1 da escala T-F (CTF e CFT):

- A média amostral do CTF situa-se em  $\bar{X} \approx 2.04$ , sendo o desvio padrão de  $\approx 0.64$ , a mediana 2 e o menor valor modal 1.33 (trata-se de uma amostra multimodal). O mínimo observado foi 1 e o máximo 3,67 valores, num total de 4 valores.

<sup>5</sup> De acordo com Ribeiro (2011, p.7) a “Nova pontuação =  $100 \times (\text{pontuação bruta} - \text{pontuação mais baixa possível}) / (\text{variação da pontuação})$ ”, sendo que a “[a variação da pontuação = pontuação mais alta possível - pontuação mais baixa possível]”.

## Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico: Impacto na saúde mental

- No CFT verifica-se uma média amostral de  $\bar{x} \approx 1.38$ , um desvio padrão de  $\approx 0.46$ , uma mediana de 1.25 e um valor modal de 1. O valor mínimo atingido foi 1 e o máximo 3.38 num total de 4 valores.

Relativamente ao MHI-5, apurou-se que:

- A média amostral equivale a  $\bar{x} \approx 50.24$ , sendo o desvio padrão  $\approx 14.90$ , a mediana 52 e a moda 44. Num total de 100 pontos, o mínimo examinado foi de 0 pontos e o máximo de 80 pontos.

Com a finalidade de analisar a normalidade da distribuição amostral, recorreu-se à análise do histograma com a normal<sup>6</sup> sobreposta, que corresponde a uma representação gráfica adequada para a exploração e sumarização dos dados uma vez que possibilita a identificação de comportamentos diferenciados responsáveis pela distorção da média e do desvio-padrão (Pestana & Gageiro, 2005). A curva sobreposta ao histograma aponta para uma distribuição normal. Assim sendo, é a partir da comparação do histograma com a curva de frequências da normal, que verificamos a normalidade ou a não-normalidade da amostra.

No presente estudo, recorrendo-se à análise dos diferentes histogramas obtidos, observou-se que a amostra do fator CTF segue uma distribuição aproximadamente normal (Anexo II), o que não se verifica na amostra do fator CFT (Anexo III). Por sua vez, a amostra do MHI-5 (Anexo IV) segue uma distribuição aproximadamente normal, o que pressupõe a utilização de testes paramétricos tanto na análise do CTF como do MHI-5, e de testes não paramétricos na avaliação do CFT.

## 2.9. Procedimentos

Num momento inicial, esta investigação prendeu-se com a revisão bibliográfica aprofundada da informação científica, cuja finalidade era compreender a evolução do tema, o estado atual do conhecimento a seu respeito e quais as suas principais carências atuais.

De seguida, procurou-se esclarecer os principais objetivos do estudo empírico, bem como selecionar os instrumentos de avaliação mais adequados para medir cada variável, solicitando-se, por *e-mail*, a autorização dos autores das escalas. Estes instrumentos obedeceram a todos os requisitos impostos pelo código de ética, particularmente, a garantia de confidencialidade e anonimato dos participantes, e o consentimento informado, explicando a cada sujeito de forma pormenorizada, o cariz e o objetivo da presente investigação.

Num momento posterior, estruturou-se o questionário sociodemográfico, no qual foram feitas questões relativas à informação geral, e preparou-se o protocolo de investigação, tendo sido redigido um possível cronograma. Imediatamente após a conclusão das tarefas

---

<sup>6</sup> A normal consiste numa distribuição contínua definida a partir da média e do desvio-padrão, sendo simétrica e mesocúrtica, que proporciona o cálculo da média e do desvio-padrão como os valores mais representativos, respetivamente, da localização e dispersão (Pestana & Gageiro, 2003).

supracitadas, seguiu-se para o trabalho de campo, mais concretamente, para a recolha de dados. No que concerne ao *timing* da mesma, esta decorreu entre dezembro de 2013 e junho de 2014 e foi realizada em equipa por mestrandas de Psicologia Clínica e da Saúde e de Psicologia das Organizações e do Trabalho. Importa referir que todas as recolhas se iniciaram com o esclarecimento dos objetivos do estudo a cada participante, e com a garantia do anonimato e confidencialidade dos dados. Foi fornecida aos sujeitos a possibilidade de ficarem com um documento escrito no qual constam os principais objetivos do estudo, bem como os contactos de *e-mail* de toda a equipa de investigação, no caso dos sujeitos quererem esclarecer alguma dúvida ou obter informação acerca dos resultados do estudo.

Em todo o procedimento de recolha favoreceu-se uma abordagem individual e não presencial, entregando os protocolos de investigação dentro de envelopes com outros protocolos não preenchidos, encorajando os participantes a colocarem o seu contributo no meio dos mesmos, o que facilitou o respeito e a salvaguarda dos direitos e da confidencialidade dos participantes. A aplicação individual do protocolo de investigação tem a duração aproximadamente de 30 minutos.

Depois de reunidos todos os dados necessários, foi construída uma base de dados no programa de análise de dados quantitativos, o *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versão 22.0, no qual foi tratada e analisada toda a informação recolhida.

## 2.10. Análise Estatística

No que concerne à análise estatística, é exequível dividi-la em dois momentos diferentes. Numa primeira fase, realizou-se a estatística descritiva, na qual se procurou caracterizar a amostra do presente estudo empírico recorrendo às variáveis sociodemográficas expressas a partir de medidas de tendência central (média, moda e mediana), de dispersão (desvio-padrão) e de frequências absolutas e relativas (Martins, 2011).

Posteriormente, efetuou-se a estatística inferencial (também designada de estatística indutiva), a qual possibilita, mediante os elementos observados, o estabelecimento de conclusões para um domínio mais vasto de onde esses mesmos elementos derivaram (Pestana & Gageiro, 2005a). Este ramo da estatística permite-nos assim compreender, se as associações ou diferenças reveladas na amostra analisada estarão ou não presentes na população-alvo (Martins, 2011). Neste seguimento, realizou-se o cálculo do coeficiente de alpha de Cronbach para avaliar a consistência interna dos diferentes instrumentos utilizados.

Já com a finalidade de testar a normalidade e a distribuição da amostra do presente estudo, recorreu-se à exploração de Histogramas com a normal sobreposta. Esta representação gráfica permite a identificação de comportamentos diferenciados que tendem a predispor a média e o desvio-padrão a distorções. É a partir da comparação do histograma com a curva de frequências da normal que determinamos a natureza dos testes estatísticos a utilizar (paramétricos ou não paramétricos). Neste sentido, quando as distribuições detêm uma forma semelhante à linha curva da normal encontramos-nos perante uma distribuição normal e devemos por isso, recorrer a testes paramétricos. Todavia, quando esta comparação

## Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico: Impacto na saúde mental

nos demonstra a existência de desvios entre as duas distribuições, então estamos perante uma distribuição não-normal que deve ser analisada a partir do recurso a testes não-paramétricos (Pestana & Gageiro, 2005a).

Imediatamente a esta análise, com a finalidade de comparar as médias obtidas nos dois fatores extraídos através da análise fatorial exploratória em função de algumas variáveis de perceção de *stress* económico, recorreu-se ao teste t-student, quando se procurava apurar se as médias da variável dependente nos dois grupos em comparação divergiam significativamente uma da outra, e à Análise de Variância (ANOVA), quando se pretendia averiguar as médias de três ou mais grupos (Martins, 2011). Em alternativa aos testes estatísticos paramétricos supracitados, quando a amostra não seguia uma distribuição normal recorreu-se aos testes de Mann-Whitney e Kruskal-Wallis (Pestana & Gageiro, 2005a; Martins, 2011). Estes instrumentos visam respetivamente, a verificação de diferenças entre as ordens médias de dois ou mais grupos independentes ao nível de uma variável dependente ordinal (Martins, 2011).

Seguidamente, com o objetivo de avaliar o grau de associação entre variáveis quantitativas, empregou-se o cálculo do coeficiente de correlação de Pearson ( $r$ ) para distribuições normais, e de Spearman ( $\rho$ ) quando as mesmas não seguiam uma distribuição normal (Pestana & Gageiro, 2005a).

Por último, com a finalidade de explicar e prever a evolução de fenómenos recorreu-se ao modelo de regressão linear, que corresponde a um modelo estatístico utilizado quando se procura demonstrar uma associação linear entre uma variável endógena quantitativa (dependente) e uma ou diversas variáveis exógenas de natureza quantitativa ou nominais categóricas (independentes). As variáveis exógenas são determinadas por causas externas e entram no modelo com a finalidade de contribuírem para a explicação da variável que o modelo pretende compreender. Esta previsão do comportamento da variável Y em função dos X's é obtida mediante o método dos mínimos quadros (MMQ) (Pestana & Gageiro, 2005b). Como nos encontramos perante um modelo com mais do que uma variável exógena observável, este designa-se Modelo de Regressão Linear Múltipla (MRLM), e representa-se por:  $Y_i = \beta_1 + \beta_2 X_{2i} + \beta_j X_{ji} + \dots + \beta_k X_{ki} + \epsilon_i$ , com  $i=1,2,\dots,n$ , onde n corresponde à dimensão da amostra, k ao número de variáveis exógenas observáveis adicionadas da constante, na qual X's e Y são variáveis observáveis,  $\epsilon_i$  a uma variável exógena não observável e aleatória composta por todas as influências em Y que não são explicados por X's e  $\beta_k$  a todos os parâmetros do modelo que adotam sempre o mesmo valor (Pestana & Gageiro, 2005b).

O método de seleção de variáveis empregue na regressão linear foi o *stepwise*, no qual a equação se inicia com a constante e prossegue com a introdução de variáveis que satisfaçam o critério estatístico de entrada (Pestana & Gageiro, 2005b)

## Capítulo III - Apresentação dos resultados

### 3.1. Análise Fatorial Exploratória

Tendo por base o estudo de Pinto (2012), considerou-se indispensável submeter o conjunto de itens utilizados no presente estudo a uma AFE. Sucintamente, a AFE corresponde a uma técnica que detém como fim analisar a estrutura de um conjunto de variáveis interrelacionadas, de forma a organizar uma escala de medida para fatores intrínsecos que dominam as variáveis originais (Marôco, 2010).

A estrutura relacional dos 17 itens utilizados referentes ao conflito entre o trabalho e a família foram avaliados pela AFE sobre a matriz das correlações, com extração dos fatores pelo método das componentes principais seguida de uma rotação *varimax*.

Previamente à realização da AFE, verificou-se a adequação dos dados para a realização da mesma técnica. Neste sentido, a análise simultânea da matriz de correlações (Anexo V), na qual se observou a presença de muitos coeficientes de correlação<sup>7</sup> iguais ou superiores a 0.3, das matrizes de anti-imagem<sup>8</sup> para as variâncias-covariâncias e para as correlações (Anexo VI), onde foram observados valores abaixo da diagonal principal próximos de zero, do teste Kaiser-Meyer-Olkin<sup>9</sup> (KMO) que obteve um valor de 0.88, o que demonstra que se pode realizar uma boa AFE, e do teste da esfericidade de Bartlett's ( $X^2=2187.35$ , 136 *gl* (graus de liberdade),  $p = .000$ ) que leva à rejeição da matriz das correlações na população ser a identidade ( $p < 0.01$ ) (Anexo VII), indicando a existência de correlações entre algumas variáveis, permite a execução da AFE.

A análise das componentes principais revela a presença de três fatores com valores próprios (*eigenvalues*) superiores a 1 (Anexo VIII). Contudo, o terceiro fator é constituído por apenas 3 itens<sup>10</sup> e que se encontram relacionados com a direção conflito trabalho-família, pelo que baseando-nos na literatura, efetuámos uma análise fatorial com extração de número fixo de fatores (2) pelo método das componentes principais. Os dois fatores extraídos explicam respetivamente ≈52.20% da variância total explicada, sendo que o fator 1 contribui para este valor com ≈36.51% e o fator 2 com ≈15.69%. Esta informação é corroborada a partir da exploração do *scree plot* da variância das componentes, no qual os pontos no maior declive sugerem o número adequado de fatores a reter (Pestana & Gageiro, 2003), que neste caso específico é 2 (Anexo IX).

---

<sup>7</sup> Segundo Pallant (2007), se a matriz de correlações não exibir um número substancial de correlações iguais ou superiores a 0.30, a análise dos fatores revela-se inadequada.

<sup>8</sup> Hair et al. (2010) sugere que quanto mais elevadas são as correlações parciais ou de anti-imagem, mais inapropriada é a matriz de dados para a análise fatorial (Hair et al., 2010). Estas correlações devem ser assim, na sua maior parte, próximas de zero (Tabachnick & Fidell, 2007 cit in Pinto, 2012).

<sup>9</sup> Pestana e Gageiro (2003) defendem que relativamente à recomendação para a realização da análise fatorial, valores de KMO ≤0.5 são inaceitáveis, valores entre 0.5-0.6 são maus, entre 0.6-0.7 razoáveis, entre 0.7-0.8 médios, entre 0.8-0.9 bons e finalmente, entre 0.9-1.0 muito bons.

<sup>10</sup> O terceiro fator extraído era constituído pelos itens 1.1\_3, 1.1\_8 e 1.1\_9.

Seguidamente, analisou-se a tabela das comunalidades com o objetivo de compreender a importância dos diversos itens para os fatores que se pretende extrair, tendo-se verificado que todas as comunalidades detêm valores elevados, o que se traduz numa relação consistente de cada variável com os fatores retidos (Pestana & Gageiro, 2003).

Com o propósito de auxiliar a interpretação dos dois fatores extraídos, recorreu-se à técnica de rotação *varimax*, que demonstrou a existência de uma estrutura simples (Thurstone, 1947 cit in Pallant, 2007), em que todas as variáveis apresentam cargas fortes num fator e cargas pouco robustas no outro (Marôco, 2010). Neste sentido, a componente 1 é constituída pelos itens 1.1\_1, 1.1\_2, 1.1\_3, 1.1\_4, 1.1\_5, 1.1\_6, 1.1\_7, 1.1\_8 e 1.1\_9, e a componente 2 pelos itens 1.1\_10, 1.1\_11, 1.1\_12, 1.1\_13, 1.1\_14, 1.1\_15, 1.1\_16 e 1.1\_17. Denominaram-se os mesmos componentes, respetivamente, de conflito trabalho-família (CTF) e conflito família-trabalho (CFT) (Anexo X).

### 3.2. Relação entre perceção de *stress* económico, conflito trabalho-família e família-trabalho

H<sub>1a</sub>: Os níveis de conflito trabalho-família são mais elevados em indivíduos que percecionam que o rendimento não permite satisfazer as principais necessidades da família.

Em relação à perceção sobre se o rendimento possibilita a satisfação das principais necessidades da família, os resultados demonstram que existem diferenças estatisticamente significativas ( $t(265) = 2.29, p = .023$ ) no que respeita aos níveis de conflito trabalho-família (CTF), pelo que não rejeita a hipótese operacionalizada. Os indivíduos que percecionam que o seu rendimento não permite satisfazer as principais necessidades da família reportam níveis mais elevados de conflito trabalho-família ( $\bar{X} = 2.14; DP = .65$ ) do que os indivíduos que sentem que o seu rendimento possibilita a satisfação destas necessidades ( $\bar{X} = 1.96; DP = .59$ ) (cf. Tabela VI).

Tabela VI: Resultados obtidos com o *t-student* para a comparação dos níveis médios de conflito trabalho-família (CTF) entre indivíduos que percecionam satisfazer e não satisfazer as principais necessidades da família (N=267).

CTF					
	<i>n</i>	Média (DP)	<i>t</i>	<i>df</i>	<i>p.</i>
Satisfaz as principais necessidades			2.29*	265	.023
Não	111	2.14 (±.65)			
Sim	156	1.96 (±.59)			

Probabilidade: \* $p < 0.05$  \*\* $p < 0.01$  \*\*\* $p < 0.001$

H<sub>1b</sub>: Os níveis de conflito família-trabalho são mais elevados em indivíduos que percecionam que o rendimento não permite satisfazer as principais necessidades da família.

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

No que concerne à perceção sobre se o rendimento possibilita a satisfação das principais necessidades da família, os resultados demonstram que não existem diferenças estatisticamente significativas ( $U = 7630.50$ ,  $p = .093$ ) no que respeita aos níveis de conflito família-trabalho (CFT), pelo que não prova a hipótese operacionalizada (cf. Tabela VII).

**Tabela VII:** Resultados obtidos com o *Man-Whitney* para a comparação das ordens médias do conflito família-trabalho (CFT) entre indivíduos que percecionam satisfazer e não satisfazer as principais necessidades da família (N=267).

CFT				
	<i>n</i>	<i>Ordem Média</i>	<i>U</i>	<i>p</i>
Satisfaz as principais necessidades			7630.50	.093
Não	111	143.26		
Sim	156	127.41		

Probabilidade: \* $p < 0.05$  \*\* $p < 0.01$  \*\*\* $p < 0.001$

**H<sub>2a</sub>:** Os níveis de conflito trabalho-família são mais elevados em indivíduos que avaliam o decréscimo do rendimento como muito significativo

Primeiro importa referir que para dar resposta a esta hipótese, se filtraram os dados, tendo sido apenas consideradas as respostas dos indivíduos que responderam positivamente à questão “se o rendimento do agregado familiar sofreu algum decréscimo”. Ao concentrarmos sobre os resultados para a comparação de médias dos níveis de conflito trabalho-família perante diferentes graus de avaliação do decréscimo do rendimento, não são verificadas diferenças estatisticamente significativas ( $F(2) = 2.75$ ,  $p = .067$ ). Assim sendo, não se prova estatisticamente a hipótese delineada (cf. Tabela VIII).

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

Tabela VIII: Resultados obtidos com o teste ANOVA para a comparação dos níveis médios de conflito trabalho-família (CTF) de acordo com a variável avaliação do decréscimo do rendimento (N=185).

CTF					
	<i>n</i>	Média (DP)	<i>F</i>	<i>df</i>	<i>p</i> .
Avaliação do decréscimo do rendimento			2.75	2	.067
Pouco significativo	17	1.75 (±.58)			
Moderadamente significativo	111	2.05 (±.66)			
Muito significativo	55	2.17 (±.66)			

Probabilidade: \**p* <0.05 \*\**p* <0.01 \*\*\**p* <0.001

**H<sub>2b</sub>: Os níveis de conflito família-trabalho são mais elevados em indivíduos que avaliam o decréscimo do rendimento como muito significativo.**

Num primeiro momento filtraram-se os dados, tendo sido apenas consideradas as respostas dos indivíduos que responderam positivamente à questão “se o rendimento do agregado familiar sofreu algum decréscimo”. Atendendo aos resultados para a comparação de ordens médias dos níveis de conflito família-trabalho perante diferentes graus de avaliação do decréscimo do rendimento, não são verificadas diferenças estatisticamente significativas ( $\chi^2(2) = 1.55, p = .461$ ). Assim sendo, não se prova estatisticamente a hipótese colocada (cf. Tabela IX).

Tabela IX: Resultados obtidos com o teste Kruskal-Wallis para a comparação das ordens médias de conflito família-trabalho (CFT) de acordo com a variável avaliação do decréscimo do rendimento (N=185).

CFT					
	<i>n</i>	Ordem Média	$\chi^2$	<i>df</i>	<i>p</i>
Avaliação do decréscimo do rendimento			1.55	2	.461
Pouco significativo	17	80.21			
Moderadamente significativo	113	96.17			
Muito significativo	55	90.44			

Probabilidade: \**p* <0.05 \*\**p* <0.01 \*\*\**p* <0.001

### 3.3. Relação entre saúde mental e conflito trabalho-família e família-trabalho

**H<sub>3a</sub>: Níveis mais baixos de saúde mental encontram-se relacionados com níveis mais altos de conflito trabalho-família.**

Verifica-se a existência de uma associação estatisticamente significativa entre a saúde mental (MHI-5) e o conflito trabalho-família (CTF) ( $r = -.437, p < .001$ ), não sendo rejeitada a hipótese formulada. No que respeita à natureza da associação, considera-se que a mesma é negativa e média<sup>11</sup>, existindo a propensão para indivíduos com níveis de conflito trabalho-família mais elevados, apresentarem níveis mais baixos de saúde mental (cf. Tabela X).

<sup>11</sup> Os coeficientes de correlação de *Pearson* (*r*) e *Spearman* (*rho*) podem variar entre -1 e 1, sendo que uma correlação de 0 assinala a ausência de relação entre as variáveis, uma correlação de 1 aponta uma

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

Tabela X: Resultados da correlação de *Pearson* entre a saúde mental (MHI-5) e o conflito trabalho-família (CTF) (N=287).

	<i>r</i>	<i>p</i> .
Coefficiente de correlação de <i>Pearson</i> entre MHI-5 e CTF	-.437***	.000

Probabilidade: \**p* <0.05 \*\**p* <0.01 \*\*\**p* <0.001

**H<sub>3b</sub>: Níveis mais baixos de saúde mental encontram-se relacionados com níveis mais altos de conflito família-trabalho.**

É possível observar-se uma correlação negativa significativa entre a saúde mental (MHI-5) e o conflito família-trabalho (CFT) ( $\rho = -.145$ ,  $p=.014$ ), sendo que o valor de probabilidade ( $p <.05$ ) nos permite reter a hipótese delineada. Quanto à natureza da associação consideramo-la negativa e pequena, havendo a tendência para sujeitos que percecionam um conflito família-trabalho mais elevado, deterem níveis de saúde mental mais baixos (cf. Tabela XI).

Tabela XI: Resultados da correlação de *Spearman* entre a saúde mental (MHI-5) e o conflito família-trabalho (CTF) (N=287).

	<i>rho</i>	<i>p</i> .
Coefficiente de correlação de <i>Spearman</i> entre MHI-5 e CTF	-.145*	.014

Probabilidade: \**p* <0.05 \*\**p* <0.01 \*\*\**p* <0.001

### 3.4. Relação entre níveis de saúde mental, conflito trabalho-família, família-trabalho e variáveis sociodemográficas

No que respeita à análise formal dos resultados das hipóteses pertencentes a este grupo, recorreu-se à regressão linear múltipla. Com a finalidade de prever e explicar os níveis de saúde mental em função do conflito trabalho-família e família-trabalho, e de diferentes variáveis sociodemográficas, estimaram-se diversos modelos de regressão linear múltipla. Seguidamente, apresentar-se-ão os modelos de regressão linear múltipla projetados no presente estudo empírico.

---

uma correlação positiva perfeita e uma correlação de -1 uma correlação negativa perfeita (Pallant,2007). Já o intervalo entre 0 e 1 é interpretado mediante as seguintes diretrizes: uma correlação pequena encontra-se entre os valores 0.10 e 0.29; uma associação média entre 0.30 e 0.49; e por fim uma associação forte entre os valores 0.50 e 1 (Cohen, 1988 cit in Pallant, 2007).

**H<sub>4a</sub>: O sexo conjuntamente com o conflito trabalho-família é preditor da saúde mental.**

Com o objetivo de responder a esta hipótese, delinearão-se os modelos 1 e 2 que pretendem prever a variável dependente saúde mental (Y) em função das variáveis independentes conflito trabalho-família (X<sub>1</sub>) e sexo (X<sub>2</sub>). De acordo com o método de entrada de variáveis *stepwise* obtiveram-se as equações preditivas  $Y = 71.12 - 10.20X_1$  para o modelo 1 e  $Y = 73.34 - 10.23X_1 - 3.36X_2$  para o modelo 2<sup>12</sup>.

De acordo com a tabela XII, é possível averiguar-se que o modelo 1 apresenta um R<sup>2</sup> de .19, podendo assim afirmar-se que 19% da variabilidade total da saúde mental é explicada pelo conflito trabalho-família. É observável um aumento do R<sup>2</sup> do modelo 1 para o 2, passando o último a explicar 20% da variabilidade total da saúde mental quando se introduz a variável sexo (X<sub>2</sub>). Assim sendo, a análise de variância do segundo modelo ( $F(2) = 35.85$ ,  $p < .001$ ), permite verificar que o presente modelo é significativo e que pelo menos uma das variáveis independentes detém um efeito significativo sobre a variável dependente saúde mental.

O sexo (X<sub>2</sub>) trata-se de uma variável *dummy*<sup>13</sup> em que o valor zero pertence à categoria “masculino” (valor de referência) e um à categoria “feminino”.

Note-se que para se verificar se as variáveis independentes do modelo 2 influenciam a variação da variável dependente, executaram-se testes individuais para os coeficientes  $\beta_i$  de forma a testar se estes são significativamente diferentes de zero. A constante do presente modelo assume com significância estatística um valor igual a 73.34 ( $t = 25.55$ ,  $p < .001$ ), verificando-se que, no caso das variáveis conflito trabalho-família e sexo serem simultaneamente 0, então o nível de saúde mental prevê-se em média que seja igual a 73.34. O coeficiente de variação do conflito trabalho-família (CTF) é -10.23, valor que detém significância estatística ( $t = -8.24$ ,  $p < .001$ ), podendo-se concluir, que por cada unidade aumentada no conflito trabalho-família (CTF), a saúde mental (MHI-5) decresce em média 10.23 valores. Por sua vez, o coeficiente de variação do sexo é -3.36, o que indica que a diferença esperada da saúde mental (MHI-5) entre indivíduos do sexo feminino e masculino que tenham o mesmo nível de conflito trabalho-família é igual a -3.36, esperando-se por isso, que a saúde mental de um indivíduo do sexo feminino diminua em 3.36 valores relativamente à de um sujeito masculino (cf. Tabela XII).

---

<sup>12</sup> Suponhamos dois indivíduos, um do sexo feminino e outro do masculino, com um CTF igual de 2 valores. Se o indivíduo for do sexo feminino, a variável sexo toma o valor um, e portanto a equação que prevê a variação do seu nível de MHI-5 é:  $Y = 73.34 - 10.23 \times 2 - 3.36 \times 1$ , ou seja,  $Y = 73.34 - 20.5 - 3.36 = 49.48$ . Caso o sujeito seja do sexo masculino, a variável sexo toma o valor zero, e portanto a equação que prevê a variação do seu nível de MHI-5 é:  $Y = 73.34 - 10.23 \times 2 - 3.36 \times 0$ , ou seja,  $Y = 73.34 - 20.5 - 0 = 52.84$ . Deste modo, prevê-se que em média a saúde mental do indivíduo do sexo feminino é inferior à do sexo masculino, com uma diferença igual a 3.36.

<sup>13</sup> Uma variável *dummy* corresponde a uma variável qualitativa artificial introduzida no MRLM com valores binários. Esta variável assinala a presença ou a ausência de um atributo ou evento, assumindo os valores de 0 e 1, sendo 0 o valor de referência (Lima, 2005), o que possibilita a sua comparação com as restantes categorias. Assim sendo, os coeficientes das *dummies* representam as diferenças entre as médias de cada categoria com a categoria de referência, e o termo independente a média da categoria de referência (Pestana & Gageiro, 2005b)

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

Tabela XII: Coeficientes de regressão e estatísticas dos modelos 1 e 2

	Modelo 1					Modelo 2				
	$\beta$	EP	t	p.	Tolerância (VIF)	$\beta$	EP	t	p.	Tolerância (VIF)
Constante	71.12	2.67	26.66***	.000		73.34	2.87	25.55***	.000	
CTF	-10.20	1.25	-8.18***	.000	1.00 (1.00)	-10.23	1.24	-8.24***	.000	1.00 (1.00)
Sexo (F)						-3.36	1.65	-2.03*	.043	1.00 (1.00)
<b>Estatísticas do modelo</b>										
$R^2$										
	.19					.20				
F (df); p.	F (1) = 66.84, p=.000					F (2) =35.85, p=.000				
Durbin-Watson	1.79					1.79				
r	1.00					-.01				
Índice de condição	6.57					7.91				
Distância de Cook	.000<D <sub>c</sub> <.105					.000<D <sub>c</sub> <.105				

Probabilidade: \*p <0.05 \*\*p <0.01 \*\*\*p <0.001

Atendendo às principais assunções do MRLM, é necessário examinar diferentes estatísticas que asseguram a adequabilidade do modelo 2. Em primeiro lugar, deve-se observar o gráfico de dispersão (*Scatterplot*) com o intuito de se diagnosticar a homocedasticidade do modelo, sendo que o mesmo nos indica que os resíduos mantêm uma amplitude aproximadamente constante em relação ao eixo horizontal, não sendo evidenciadas nem tendências crescentes nem decrescentes, pelo que não se rejeita a hipótese da homocedasticidade (cf. Figura I).

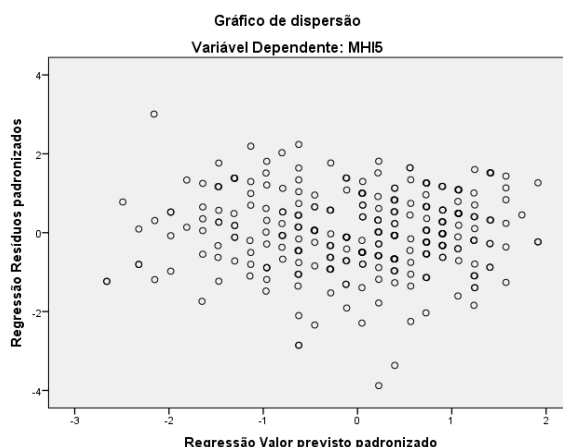


Figura I: Gráfico de dispersão (*Scatterplot*) do modelo 2

Os pressupostos da normalidade foram aprovados graficamente<sup>14</sup> (cf. Figura II) e o pressuposto da independência validado a partir da estatística Durbin-Watson<sup>15</sup> ( $d_u=1.79$ ).

<sup>14</sup> Com o fim de averiguar a normalidade, traçaram-se o Histograma dos resíduos estandardizados e o gráfico *P-P Plot*. No que concerne ao primeiro, quando a distribuição dos dados se aproxima da forma da curva da normal, com a maioria dos dados situados no centro a afunilarem em ambas as extremidades, diagnostica-se a normalidade. Em relação ao segundo, a aproximada sobreposição da maioria dos pontos na diagonal principal sugere a ausência de desvios à normalidade (Pallant, 2007).

## Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico: Impacto na saúde mental

No que respeita ao princípio da multicolinearidade, podemos observá-lo a partir de diferentes estatísticas. A correlação de *Pearson* ( $r=-.01$ ) demonstra-nos uma correlação quase inexistente, o que se traduz numa ausência de multicolinearidade entre o conflito trabalho-família (CTF) e o sexo. Os valores de Tolerância<sup>16</sup> e de VIF<sup>17</sup> permitem-nos apurar que o modelo de regressão não expõe problemas de multicolinearidade (cf. Tabela IX), sendo que o índice de condição ( $7.91$ )<sup>18</sup>, Indicia igualmente a ausência de problemas de multicolinearidade, pelo que não se viola este pressuposto. Por fim, averiguou-se a partir do valor da distância de Cook<sup>19</sup> ( $.000 < D_c < .105$ ) a influência de casos extremos sobre o presente modelo, concluindo-se que nenhum *outlier* exerce efeito sobre o modelo de regressão.

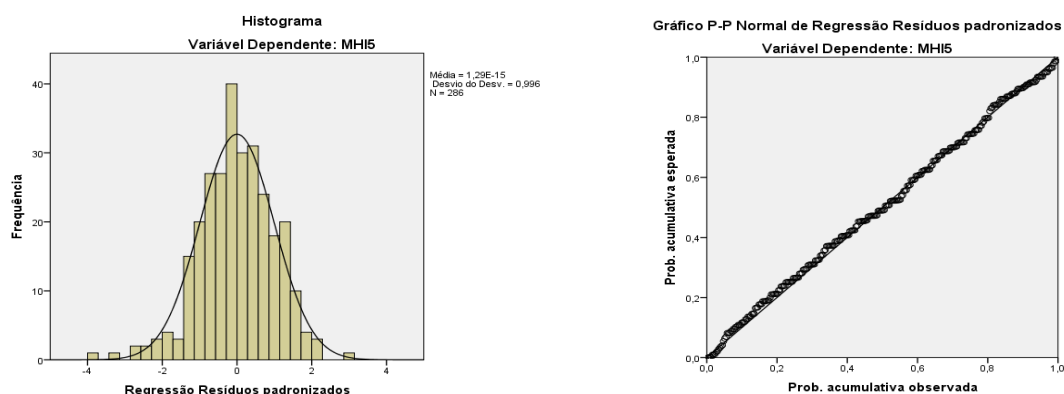


Figura II: Histograma dos resíduos estandardizados e gráfico normal *P-P Plot* do modelo 2

### Tabela XIII: Principais conclusões do modelo 2

Prevê-se em média que um indivíduo do sexo feminino tenha uma saúde mental (MHI-5) inferior quando comparado com um sujeito do sexo masculino que tenha o mesmo nível de conflito trabalho-família (CTF). Neste âmbito, fica estatisticamente provada a hipótese  $H_{4a}$ .

**$H_{4b}$ : O sexo conjuntamente com o conflito família-trabalho é preditor da saúde mental.**

<sup>15</sup> O teste Durbin-Watson permite analisar se a covariância é nula ou se existe independência entre as variáveis aleatórias residuais. A autocorrelação dos resíduos é interpretada mediante as seguintes diretrizes: a) para valores próximos de 2, não há autocorrelação entre os resíduos; b) valores próximos de 0 traduzem uma autocorrelação positiva; e c) valores próximos de 4 predizem uma autocorrelação positiva (Pestana & Gageiro, 2005).

<sup>16</sup> A tolerância de uma variável exógena corresponde à proporção da variância dessa variável que não é explicada pelas restantes variáveis exógenas que já subsistem no modelo. Aponta de que forma as variáveis se encontram linearmente correlacionadas e pode variar entre 0 e 1, sendo que quanto mais próxima de 0 estiver, maior será a multicolinearidade. Consequentemente, quanto mais próxima estiver de 1, menor será a multicolinearidade (Pestana & Gageiro, 2005b). O valor desta estatística abaixo do qual prevalece multicolinearidade é .10 (Pallant, 2007).

<sup>17</sup> O VIF corresponde ao inverso da tolerância e demonstra o grau em que cada variável exógena é explicada por outras variáveis exógenas. Os valores de VIF próximos de 0 indicam uma baixa colinearidade, sendo que o valor ponderado como o limite acima do qual prevalece multicolinearidade é igual ou maior a 10 (Pestana & Gageiro, 2005b; Pallant, 2007).

<sup>18</sup> O índice de condição oferece o tamanho relativo da matriz dos valores próprios e calcula-se através da raiz quadrada do quociente entre o maior valor próprio e cada um dos valores próprios. Valores no índice de condição superiores a 15 indicam a possibilidade de problemas de multicolinearidade no modelo de regressão, e superiores a 30 graves problemas de multicolinearidade, pelo que se rejeita a hipótese de que as variáveis explicativas são linearmente independentes (Pestana & Gageiro, 2005a).

<sup>19</sup> De acordo com Tabachnick e Fidell (2007 cit in Pallant, 2007) o valor máximo da Distância de Cook deve ser inferior a 1. Valores iguais ou superiores a 1 sugerem a existência de *outliers* que afetam o modelo de regressão estimado.

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

Para responder a esta hipótese, operacionalizaram-se os modelos 3 e 4 que buscam prever a variável dependente saúde mental (Y) mediante as variáveis independentes conflito família-trabalho ( $X_1$ ) e sexo ( $X_2$ ). A partir do método de entrada de variáveis *stepwise* obtiveram-se as equações preditivas  $Y = 58.93 - 6.26X_1$  para o modelo 3 e  $Y = 62.35 - 6.82X_1 - 4.09X_2$  para o modelo 4<sup>20</sup>.

Tendo por base a tabela XIV, é possível confirmar-se que o modelo 3 apresenta um  $R^2$  de .04, podendo assim afirmar-se que 4% da variabilidade total da saúde mental é explicada pelo conflito família-trabalho. Verifica-se um aumento do  $R^2$  do modelo 3 para o modelo 4 que passa a explicar 6% da variabilidade total da saúde mental. Neste sentido, a análise de variância do último modelo ( $F(2) = 8.18, p < .001$ ) permite verificar que o mesmo é significativo, e que pelo menos uma das variáveis independentes exerce influência significativa sobre a variável da saúde mental.

O sexo ( $X_2$ ) corresponde a uma variável *dummy* em que é atribuído à categoria “masculino” o valor zero (valor de referência) e à categoria “feminino” o valor um.

Com o fim de verificar quais as variáveis independentes que detêm efeito sobre a variação da saúde mental, efetuaram-se testes individuais para ambos os coeficientes. Neste sentido, a constante do modelo 4 assume com significância o valor de 62.35 ( $t = 20.06, p < .001$ ), o que nos revela que, quando as variáveis do conflito família-trabalho (CFT) e sexo são simultaneamente zero, o valor de origem da variável saúde mental (MHI-5) é igual a 62.35. O coeficiente de variação do conflito família-trabalho (CFT) é igual a -6.82 ( $t = -3.63, p < .001$ ), o que nos revela que por cada unidade aumentada no conflito família-trabalho, prevê-se que a saúde mental decresce em média 6.82 valores. Já o coeficiente de variação do sexo é -4.09, o que significa que a diferença esperada da saúde mental (MHI-5) entre sujeitos do sexo feminino e masculino é igual a -4.09, prevendo-se por isso, que a saúde mental de uma mulher diminua em média 4.09 valores comparativamente à de um homem que tenha o mesmo nível de conflito família-trabalho (cf. Tabela XIV).

Tabela XIV: Coeficientes de regressão e estatísticas dos modelos 3 e 4

	Modelo 3					Modelo 4				
	$\beta$	EP	t	p.	Tolerância (VIF)	$\beta$	EP	t	p.	Tolerância (VIF)
Constante	58.93	2.73	21.57***	.000		62.35	3.11	20.06***	.000	
CFT	-6.26	1.88	-3.33***	.001	1.00 (1.00)	-6.82	1.88	-3.63***	.000	.98 (1.02)
Sexo (F)						-4.09	1.81	-2.25*	.025	.98 (1.02)
<b>Estatísticas do modelo</b>										
$R^2$					.04					.06
F (df); p.					F (1) = 11.11, p = .001					F (2) = 8.18, p = .000
Durbin-Watson					1.75					1.75

<sup>20</sup> Suponhamos dois indivíduos, um do sexo masculino e outro do feminino com um CFT de 2 valores. Se o indivíduo for do sexo masculino, o sexo é igual a 0, e portanto a equação que prevê a variação do seu nível de MHI-5 é:  $Y = 62.35 - 6.82 \times 2 - 4.09 \times 0$ , ou seja,  $Y = 62.35 - 13.64 - 0 = 48.71$ . No entanto, se o indivíduo for do sexo feminino, o sexo é igual a 1, e portanto a equação toma a seguinte forma:  $Y = 62.35 - 6.82 \times 2 - 4.09 \times 1$ , ou seja,  $Y = 62.35 - 13.64 - 4.09 = 44.62$ . Assim, verifica-se que a saúde mental do indivíduo do sexo feminino tende a ser inferior à do masculino.

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

<i>r</i>	1.00	-.13
Índice de condição	6.15	7.70
Distância de Cook	.000 < $D_c$ < .044	.000 < $D_c$ < .044

Probabilidade: \* $p < 0.05$  \*\* $p < 0.01$  \*\*\* $p < 0.001$

No que concerne aos principais pressupostos do MRLM, é indispensável analisar diferentes estatísticas que certificam a adequabilidade do modelo. Primeiramente, é necessário analisar o gráfico de dispersão (*Scatterplot*) com a finalidade de se diagnosticar a homocedasticidade do modelo, sendo que este nos revela uma amplitude aproximadamente contante dos resíduos relativamente ao eixo horizontal, não sendo verificadas tendências crescentes ou decrescentes dos mesmos (cf. Figura III).

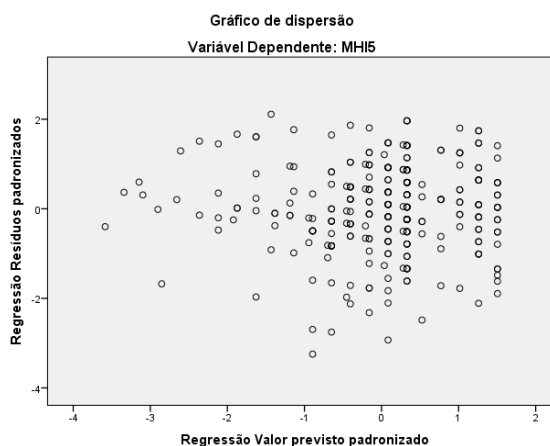


Figura III: Gráfico de dispersão (*Scatterplot*) do modelo 4

Seguidamente, deve-se partir para a análise do valor da estatística de Durbin-Watson que neste modelo específico é  $d_u=1.75$ , inferindo-se que não existe autocorrelação entre os resíduos. Com o objetivo de validar os pressupostos da normalidade, traçaram-se o histograma dos resíduos estandardizados e o gráfico normal *P-P Plot*, nos quais não foram observados desvios à normalidade (cf. Figura IV).

Atendendo ao diagnóstico da multicolinearidade, podemos efetuar-lo mediante diversas estatísticas. A correlação de *Pearson* ( $r=-.13$ ) mostra-nos uma correlação fraca entre as variáveis independentes, o que se traduz numa ausência de multicolinearidade entre o conflito família-trabalho (CFT) e o sexo. Posteriormente, concentrámo-nos sobre os valores de Tolerância e de VIF que nos permitiram verificar que o modelo de regressão não apresenta problemas de multicolinearidade (cf. Tabela XI), corroborado pelo valor do índice de condição (7.70). Averiguou-se ainda o valor da distância de Cook ( $.000 < D_c < .044$ ), que nos demonstra que nenhum *outlier* detém poder de influência sobre o presente modelo de regressão.

## Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico: Impacto na saúde mental

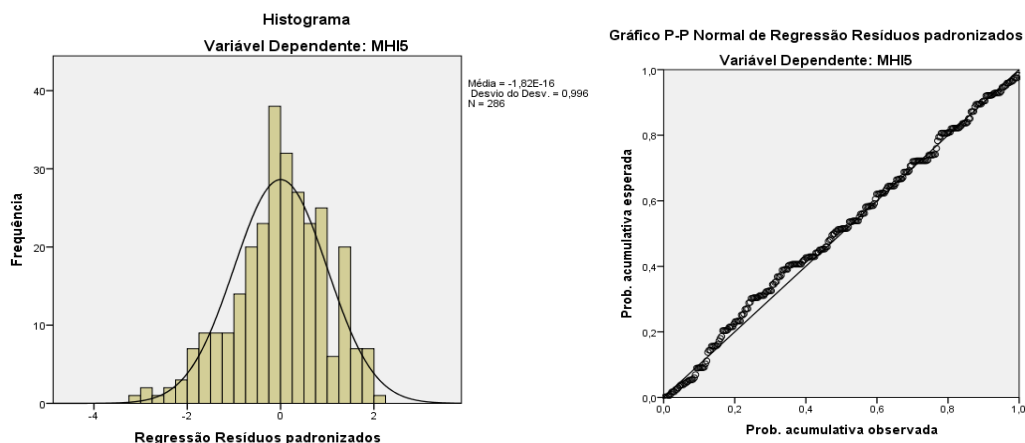


Figura IV: Histograma dos resíduos estandardizados e gráfico normal *P-P Plot* do modelo 4

Tabela XV: Principais conclusões do modelo 4

Prevê-se em média que um sujeito do sexo feminino tenha uma saúde mental (MHI-5) inferior à de um indivíduo do sexo masculino que detenha o mesmo nível de conflito família-trabalho (CFT). Neste âmbito, fica estatisticamente provada a hipótese  $H_{4b}$ .

**$H_{5a}$ : A variável habilitações literárias conjuntamente com o conflito trabalho-família é preditora da saúde mental.**

De forma a dar resposta à hipótese, formularam-se os modelos 5 e 6 que visam a predição da variável dependente saúde mental (Y) em função do conflito trabalho-família ( $X_1$ ), das habilitações literárias (ensino superior) ( $X_2$ ) e das habilitações literárias (ensino secundário) ( $X_3$ ). Fundamentando-nos no método de entrada de variáveis *stepwise*, obtivemos as equações preditivas para o modelo 5  $Y = 71.12 - 10.20X_1$ , e para o modelo 6  $Y = 71.59 - 10.15X_1 - 1.29X_2 - .39X_3$ <sup>21</sup>.

A variável habilitações literárias tratava-se de uma variável nominal com três categorias com códigos iguais a 1 (até ao 9º ano), 2 (ensino secundário) e 3 (ensino superior). Uma variável qualitativa com três categorias requer apenas a criação de duas variáveis artificiais (*dummies*), tendo-se criado a variável Hab\_EnsinoSuperior que assume o valor um e a variável Hab\_EnsinoSecundário que assume também o valor um. Por sua vez, a variável “até ao 9º ano” é definida quando as outras duas variáveis assumem o valor zero, correspondendo à variável de referência.

<sup>21</sup>Esta função pode desdobrar-se em diferentes funções mediante o nível de habilitações literárias do indivíduo. Suponhamos três sujeitos com o mesmo nível de CTF (2) e com diferentes graus de habilitações literárias: um com o ensino superior, outro com o ensino secundário e um com habilitações até ao 9º ano. Se o indivíduo tiver o ensino superior, a variável  $X_2$  (Hab\_EnsinoSuperior) toma o valor um e portanto a equação preditiva do nível de MHI-5 é:  $Y = 71.59 - 10.15 \times 2 - 1.29 \times 1 - .39 \times 0$ , ou seja,  $Y = 71.59 - 20.3 - 1.29 - 0 = 50$ . Caso o indivíduo tenha o ensino secundário, a variável  $X_3$  (Hab\_EnsinoSecundário) toma o valor um, sendo a equação preditiva do seu nível de MHI-5:  $Y = 71.59 - 10.15 \times 2 - 1.29 \times 0 - .39 \times 1$ , isto é,  $Y = 71.59 - 20.3 - 0 - .39 = 50.9$ . Finalmente, se o indivíduo tiver habilitações até ao 9º ano, estas tomam o valor de 0 (valor de referência), sendo a equação preditiva do seu nível de MHI-5:  $Y = 71.59 - 10.15 \times 2 - 1.29 \times 0 - .39 \times 0$ , e por isso,  $Y = 71.59 - 20.3 - 0 - 0 = 51.29$ . Neste sentido, prevê-se que em média a saúde mental de indivíduos com o ensino superior ou secundário seja inferior à de indivíduos com habilitações até ao 9º ano, com diferenças iguais a 1.29 e .39 respetivamente.

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

Tendo por base a tabela seguinte, verifica-se que o modelo 5 apresenta um  $R^2$  de .19, podendo assim afirmar-se que 19% da variabilidade total da saúde mental é explicada pelo conflito trabalho-família (CTF). É verificável que o modelo 6 mantém o mesmo  $R^2$  (.19) que o modelo precedente, continuando a explicar 19% da variabilidade total da saúde mental quando se introduzem as variáveis relativas às habilitações literárias no modelo. A análise da variância do modelo 6 ( $F(3) = 22.29, p < .001$ ) admite a sua significância e demonstra que pelo menos uma das variáveis independentes possui um efeito significativo sobre a variável dependente da saúde mental.

Para a compreensão de quais as variáveis independentes com efeito significativo sobre a saúde mental, procedeu-se à realização de testes individuais para os coeficientes  $\beta_i$  de modo a testar se estes são significativamente diferentes de zero. Note-se que apenas uma das variáveis (o regressor  $X_1$  ( $\beta = -10.15, p < .001$ )) mostra ter um efeito estatisticamente significativo sobre a saúde mental. Assim, o coeficiente de variação do conflito trabalho-família ao ser igual a -10.15, permite-nos prever que por cada unidade aumentada no conflito trabalho-família (CTF), a saúde mental diminui em média 10.15 valores. Por sua vez, a Hab\_EnsinoSuperior ( $\beta = -1.29, p = .554$ ) e a Hab\_EnsinoSecundário ( $\beta = -.39, p = .850$ ) mostraram não ter um efeito estatisticamente significativo sobre a variável da saúde mental (cf. Tabela XVI).

Tabela XVI: Coeficientes de regressão e estatísticas do modelo 5 e 6

	Modelo 5					Modelo 6				
	$\beta$	EP	t	p.	Tolerância (VIF)	$\beta$	EP	t	p.	Tolerância (VIF)
Constante	71.12	2.67	26.66***	.000		71.59	3.10	23.10***	.000	
CTF	-10.20	1.25	-8.18***	.000	1.00(1.00)	-10.15	1.26	-8.05***	.000	.99 (1.02)
Hab_EnsinoSuperior						-1.29	2.17	-.59	.554	.62 (1.61)
Hab_EnsinoSecundário						-.39	2.04	-.19	.850	.62 (1.62)
<b>Estatísticas do modelo</b>										
$R^2$					.19					.19
F (df); p.					F (1) = 66.84, p = .000					F (3) = 22.29, p = .000
Durbin-Watson					1.83					1.83
r					1.00					.09 e -.12
Índice de condição					6.57					8.35
Distância de Cook					.000 < $D_c$ < .095					.000 < $D_c$ < .095

Probabilidade: \*p < 0.05 \*\*p < 0.01 \*\*\*p < 0.001

Ao concentrarmo-nos nas diversas suposições do MRLM, é essencial averiguar um conjunto de estatísticas capazes de assegurar a adequabilidade do modelo. Em primeiro lugar, deve-se analisar o gráfico de dispersão (*Scatterplot*) com o fim de diagnosticar a homocedasticidade do modelo, sendo que este nos indica que os resíduos mantêm uma amplitude aproximadamente constante em relação ao eixo horizontal, não sendo demonstradas tendências crescentes ou decrescentes (cf. Figura V).

## Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico: Impacto na saúde mental

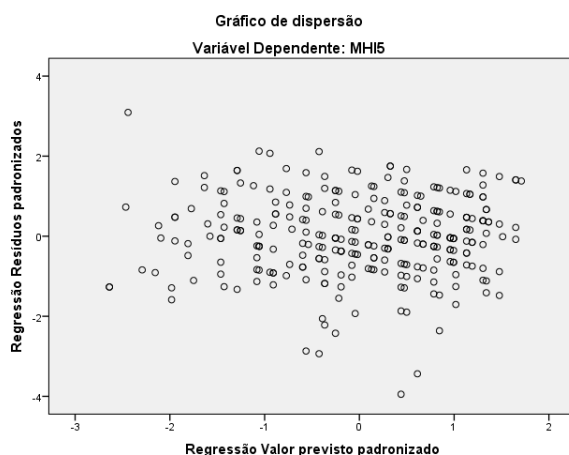


Figura V: Gráfico de dispersão (*Scatterplot*) do modelo 6

De seguida, deve-se atender ao valor da estatística Durbin-Watson ( $d_u=1.83$ ) a partir do qual se confirma o pressuposto da independência, e ao histograma dos resíduos estandardizados e ao gráfico normal *P-P Plot* através dos quais se validam os pressupostos da normalidade (cf. Figura VI). No que concerne à análise da multicolinearidade, esta pode ser efetuada a partir de diversas estatísticas. A correlação de *Pearson* ( $r=.09$  e  $-.12$ ) mostra-nos uma correlação quase inexistente entre as variáveis, o que se traduz numa ausência de multicolinearidade entre o conflito trabalho-família, as habilitações literárias (ensino superior) e as habilitações literárias (ensino secundário). Em seguida, passámos á análise dos valores da Tolerância e do VIF, que nos permitiram concluir que o modelo de regressão não apresenta problemas de multicolinearidade, confirmado pelo valor do índice de condição (8.35) (cf. Tabela XVI). Por fim, averiguou-se mediante o valor da distância de Cook, a influência de casos extremos sobre o modelo. Os valores da distância de Cook variam entre um mínimo de .000 e um máximo de .095, podendo-se apurar deste modo, que nenhum *outlier* afeta o modelo de regressão estimado.

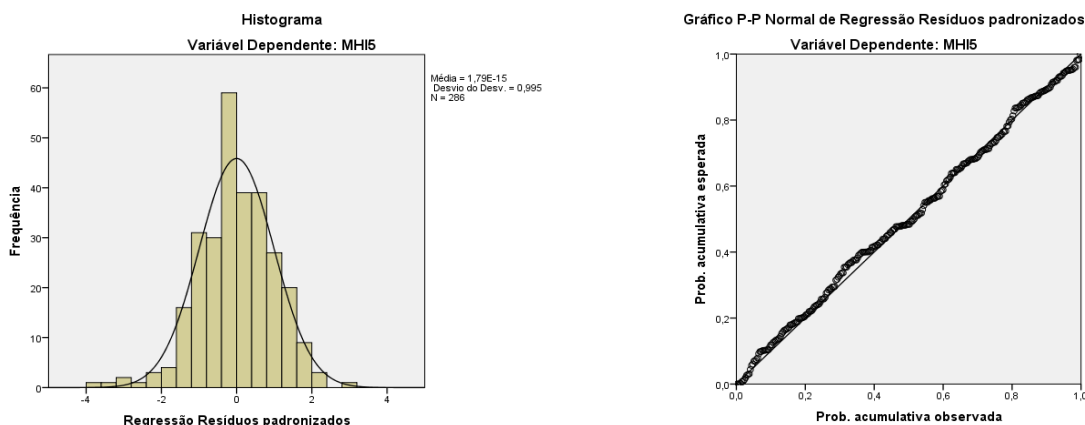


Figura VI: Histograma dos resíduos estandardizados e gráfico normal *P-P Plot* do modelo 6

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

**Tabela XVII:** Principais conclusões do modelo 6

Não fica provado que um indivíduo que tenha habilitações literárias superiores tenha menos saúde mental (MHI-5) quando comparado com um indivíduo com habilitações literárias até ao 9º ano e que tenha o mesmo nível de conflito trabalho-família (CTF). Deste modo, não se prova estatisticamente a  $H_{5a}$ .

**$H_{5b}$ : A variável habilitações literárias conjuntamente com o conflito família-trabalho é preditora da saúde mental.**

Com o objetivo de responder a esta hipótese, delinearão-se os modelos 7 e 8 que pretendem prever a variável dependente saúde mental (Y) mediante o efeito do conflito família-trabalho ( $X_1$ ), das habilitações literárias (ensino superior) ( $X_2$ ) e das habilitações literárias (ensino superior) ( $X_3$ ). A partir do método de entrada de variáveis *stepwise* alcançaram-se as equações preditivas  $Y = 58.93 - 6.26X_1$  para o modelo 7 e  $Y = 59.81 - 6.48X_1 - 2.53X_2 - .53X_3$  para o modelo 8<sup>22</sup>.

Tal como no modelo anterior, a variável habilitações literárias tratava-se de uma variável nominal com três categorias com códigos equivalentes a 1 (até ao 9ºano), 2 (ensino secundário) e 3 (ensino superior). Por essa mesma razão, criaram-se duas variáveis artificiais (*dummies*), a variável Hab\_EnsinoSuperior que assume o valor 1 e a variável Hab\_EnsinoSecundário que também assume o mesmo valor. Já a variável “até ao 9ºano” é definida quando as outras duas variáveis assumem o valor 0, sendo portanto a variável de referência.

De acordo com a tabela XVIII, é possível comprovar-se que o modelo 7 detém um  $R^2$  de .04, podendo assim afirmar-se que 4% da variabilidade total da saúde mental é explicada pelo conflito família-trabalho. É verificável um aumento do  $R^2$  do modelo 7 para o 8, passando este último a explicar 5% da variabilidade total da saúde mental quando são introduzidas duas novas variáveis no modelo. Comprova-se que o modelo 8 é significativo ( $F(3) = 4.53, p = .004$ ), concluindo-se que pelo menos uma das variáveis independentes detém um efeito significativo sobre a variável dependente da saúde mental. O  $R^2$  ao assumir o valor de .05, revela-nos que 5% da variabilidade total da saúde mental é explicada pelas variáveis do conflito família-trabalho (CTF) e das habilitações literárias.

Partindo para a análise dos valores dos testes individuais, a constante do modelo 8 assume com significância estatística o valor de 59.81 ( $t = 18.37, p < .001$ ), o que nos revela que, caso a variável conflito família-trabalho e as habilitações sejam simultaneamente 0, o valor

<sup>22</sup> Tendo em conta o nível de habilitações literárias do indivíduo, é possível desdobrar esta função em diferentes funções. Consideremos três sujeitos com o mesmo nível de CFT (2) e com diferentes graus de habilitações literárias: um com o ensino superior, outro com o ensino secundário e um com habilitações até ao 9º ano. Caso o indivíduo tenha ensino superior, a variável  $X_2$  (Hab\_EnsinoSuperior) toma o valor um e portanto a equação preditiva do nível de MHI-5 é:  $Y = 59.81 - 6.48 \times 2 - 2.53 \times 1 - .53 \times 0$  ou seja,  $Y = 59.81 - 12.96 - 2.53 - 0 = 44.32$ . Se o indivíduo tiver o ensino secundário, a variável  $X_3$  (Hab\_EnsinoSecundário) toma o valor um, sendo a equação preditiva do seu nível de MHI-5:  $Y = 59.81 - 6.48 \times 2 - 2.53 \times 0 - .53 \times 1$ , isto é,  $Y = 59.81 - 12.96 - 0 - .53 = 46.32$ . Por fim, se o indivíduo tiver habilitações até ao 9ºano, estas tomam o valor de 0 (valor de referência), sendo a equação preditiva do seu nível de MHI-5:  $Y = 59.81 - 6.48 \times 2 - 2.53 \times 0 - .53 \times 0$ , e por isso,  $Y = 59.81 - 12.96 - 0 - 0 = 46.85$ . Desta forma, prevê-se que em média a saúde mental de indivíduos com o ensino superior ou secundário seja inferior à de indivíduos com habilitações até ao 9ºano, com diferenças iguais a 2.53 e .53 respetivamente.

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

de origem da variável saúde mental é igual a 59.81. Comprova-se que apenas o regressor  $X_1$  ( $\beta=-6.48$ ,  $p=.001$ ) é estatisticamente significativo no modelo, o que confirma que apenas uma variável influencia a variável dependente da saúde mental. Neste sentido, o coeficiente de variação do conflito família-trabalho é -6.48, o que nos demonstra que por cada unidade aumentada no conflito família-trabalho, a saúde mental decresce em média 6.48 valores. Pode-se verificar que as restantes variáveis, especificamente a Hab\_EnsinoSuperior ( $\beta=-2.53$ ,  $p=.286$ ) e a Hab\_EnsinoSecundário ( $\beta=.53$ ,  $p=.810$ ) não exercem efeito estatisticamente significativo sobre a saúde mental (cf. Tabela XVIII).

Tabela XVIII: Coeficientes de regressão e estatísticas do modelo 7 e 8

	Modelo 7				Modelo 8					
	$\beta$	EP	t	p.	Tolerância (VIF)	$\beta$	EP	t	p.	Tolerância (VIF)
Constante	58.93	2.73	21.57***	.000		59.81	3.26	18.37***	.000	
CFT	-6.26	1.88	-3.33***	.001	1.00(1.00)	-6.48	1.89	-3.44***	.001	.99 (1.01)
Hab_EnsinoSuperior						-2.53	2.37	-1.07	.286	.62 (1.62)
Hab_EnsinoSecundário						.53	2.21	.24	.810	.62 (1.61)
<b>Estatísticas do modelo</b>										
$R^2$										
	.04					.05				
F (df); p.	F (1)= 11.11, p=.001					F (3) =4.53, p=.004				
Durbin-Watson	1.79					1.79				
r	1.00					-.09 e .02				
Índice de condição	6.15					7.97				
Distância de Cook	000<D <sub>c</sub> <.044					.000<D <sub>c</sub> <.044				

Probabilidade: \*p <0.05 \*\*p <0.01 \*\*\*p <0.001

Analisando os principais pressupostos do MRLM, é essencial averiguar diferentes estatísticas responsáveis pela adequabilidade do modelo. A estatística de Durbin-Watson obteve um valor de  $d_i=1.79$ , não se verificando portanto autocorrelação entre os resíduos.

Posteriormente, deve-se observar o gráfico de dispersão (*Scatterplot*) com a finalidade de se diagnosticar a homocedasticidade do modelo. Este aponta para uma amplitude aproximadamente constante dos resíduos em relação ao eixo horizontal, não sendo por isso, observadas quaisquer tendências crescentes ou decrescentes (cf. Figura VII).

## Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico: Impacto na saúde mental

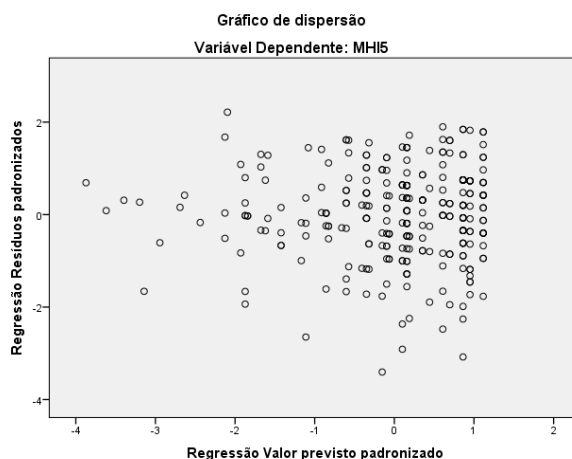


Figura VII: Gráfico de dispersão (*Scatterplot*) do modelo 8

Com o objetivo de se averiguar a normalidade dos dados, traçaram-se o histograma dos resíduos estandardizados e o gráfico normal *P-P Plot*, não tendo sido violado o pressuposto da normalidade (cf. Figura XIX). Tendo em conta o diagnóstico de multicolinearidade, é possível observá-lo mediante o recurso à correlação de *Pearson* ( $r=-.09$  e  $.02$ ), que nos aponta para correlações quase inexistentes entre as variáveis independentes, o que significa que o modelo não apresenta problemas de multicolinearidade. Em seguida, observaram-se os valores de Tolerância e de VIF que nos mostram que o modelo de regressão se encontra ausente de problemas de multicolinearidade, o que é corroborado pelo valor do índice de condição (7.97) (cf. Tabela XV). Por último, averiguou-se os valores da distância de Cook, que variam entre um mínimo de .000 e um máximo de .044, o que nos revela que nenhum *outlier* exerce influência sobre o modelo de regressão estimado.

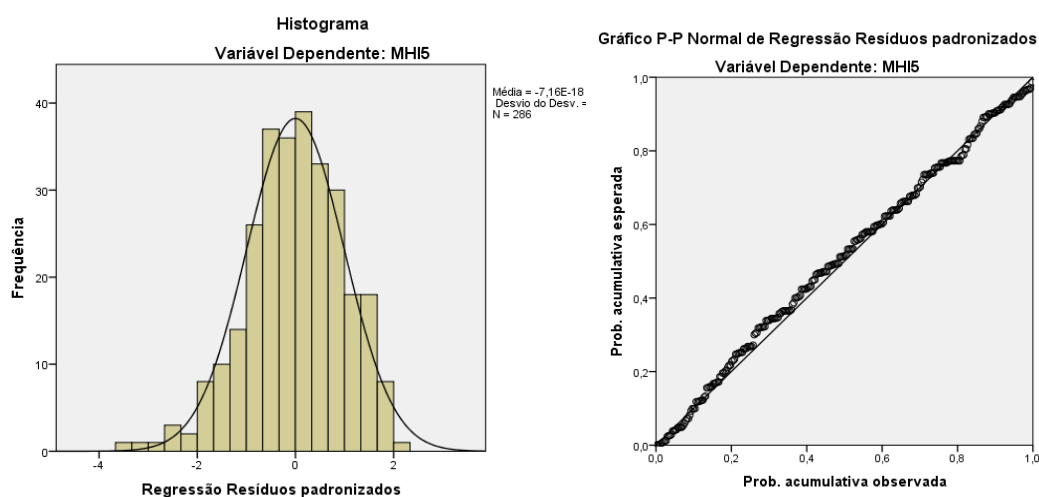


Figura VIII: Histograma dos resíduos estandardizados e gráfico normal *P-P Plot* do modelo 8

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

Tabela XIX: Principais conclusões do modelo 8

Não fica demonstrado que um indivíduo que tenha habilitações literárias superiores tenha uma saúde mental (MHI-5) inferior à de um sujeito com habilitações literárias até ao 9º ano e que tenha o mesmo nível de conflito família-trabalho (CFT). Deste modo, não se prova estatisticamente a  $H_{5b}$ .

**$H_{6a}$ : O estado civil em conjunto com o conflito trabalho-família prediz a saúde mental.**

Com o fim de responder a esta hipótese, postularam-se os modelos 9 e 10 que propõem a previsão da variável dependente saúde mental ( $Y$ ) em função do conflito trabalho-família ( $X_1$ ), do estado civil (solteiro) ( $X_2$ ), do estado civil (divorciado) ( $X_3$ ) e do estado civil (viúvo) ( $X_4$ ). O método de entrada de variáveis *stepwise* possibilitou a obtenção das equações preditivas  $Y = 71.12 - 10.20X_1$  para o modelo 9 e  $Y = 71.43 - 9.70X_1 - 1.85X_2 - 11.94X_3 - 12.75X_4$  para o modelo 10<sup>23</sup>.

A variável estado civil correspondia a uma variável nominal com quatro categorias com códigos equivalentes a 1 (solteiro), 2 (casado ou união de facto), 3 (divorciado) e 4 (viúvo). Houve necessidade de se criarem três variáveis artificiais (*dummies*) mais concretamente, o “estado\_civil\_solteiro”, o “estado\_civil\_divorciado” e o “estado\_civil\_viúvo” que assumem o valor 1. A variável “casado ou união de facto” é significativo para o valor 1 quando as restantes variáveis assumem o valor 0, correspondendo assim à variável de referência.

A tabela XX, permite-nos confirmar que o modelo 9 apresenta um  $R^2$  de .19, o que significa que 19% da variabilidade total da saúde mental é explicada pelo conflito trabalho-família (CTF). É possível constatar um aumento do  $R^2$  do modelo 9 para o 10, passando este último a explicar 23% da variabilidade total da saúde mental quando se introduzem três novas variáveis, sendo que este aumento se deve à significância de uma dessas variáveis introduzidas (estado\_civil\_divorciado). Assim sendo, a análise da variância ( $F(4) = 20.76, p < .001$ ), permite-nos verificar que o presente modelo é significativo, concluindo-se que pelo menos uma das variáveis independentes afeta significativamente a variável dependente da saúde mental. Para se comprovar se todas as variáveis independentes influenciam a variação da saúde mental, é essencial realizar testes individuais com a finalidade de averiguar se os coeficientes de  $\beta_i$  são diferentes de zero. A constante do presente modelo assume com significância o valor 71.43 ( $t = 26.60, p < .001$ ), o que nos mostra que aquando as variáveis

<sup>23</sup> Tendo em conta o estado civil do indivíduo obtêm-se diferentes funções. Assim, consideremos quatro sujeitos com o mesmo nível de CTF (2) e com diferentes estados civis: um solteiro, um divorciado, um viúvo e outro casado ou em união de facto. No caso do indivíduo ser solteiro, a variável  $X_2$  (estado\_civil\_solteiro) toma o valor um e portanto a equação preditiva é:  $Y = 71.43 - 9.70 \times 2 - 1.85 \times 1 - 11.94 \times 0 - 12.75 \times 0$ , ou seja,  $Y = 71.43 - 19.4 - 1.85 - 0 - 0 = 50.18$ . Se o indivíduo for divorciado, a variável  $X_3$  (estado\_civil\_divorciado) assume o valor um e portanto a equação preditiva é:  $Y = 71.43 - 9.70 \times 2 - 1.85 \times 0 - 11.94 \times 1 - 12.75 \times 0$ , isto é,  $Y = 71.43 - 19.4 - 0 - 11.94 - 0 = 40.09$ . Porém, no caso do sujeito ser viúvo, a variável  $X_4$  (estado\_civil\_viúvo) assume o valor um, sendo desta forma a equação preditiva do seu nível de MHI-5:  $Y = 71.43 - 9.70 \times 2 - 1.85 \times 0 - 11.94 \times 0 - 12.75 \times 1$ , e por isso,  $Y = 71.43 - 19.4 - 0 - 0 - 12.75 = 39.28$ . Finalmente, se o indivíduo for casado ou viver em união de facto (valor de referência) a variável toma o valor zero, e portanto a equação preditiva do seu nível de MHI-5 é:  $Y = 71.43 - 9.70 \times 2 - 1.85 \times 0 - 11.94 \times 0 - 12.75 \times 0$ , isto é,  $Y = 71.43 - 19.4 - 0 - 0 - 0 = 52.03$ . Neste sentido, prevê-se em média que a saúde mental de sujeitos casados seja superior à de indivíduos solteiros, e que a saúde mental de sujeitos divorciados e viúvos seja inferior à dos solteiros, com diferenças iguais a 1.85, 11.94 e 12.75.

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

conflito trabalho-família e estado civil são simultaneamente zero, o valor de origem da saúde mental é 71.43 valores.

O coeficiente de variação do conflito trabalho-família é igual a -9.70 ( $t=-7.80$ ,  $p < .001$ ), o que significa que cada acréscimo de uma unidade no conflito trabalho-família proporciona um decréscimo médio de 9.70 valores na saúde mental. O coeficiente de variação do “estado\_civil\_solteiro” é igual a -1.85 ( $t=1.08$ ,  $p=.279$ ) não exercendo um efeito estatisticamente significativo sobre a saúde mental. Já o coeficiente de variação do “estado\_civil\_divorciado” é igual a -11.94 ( $t=-3.11$ ,  $p=.002$ ), esperando-se portanto, que a saúde mental de indivíduos divorciados decresça em média 11.94 valores relativamente a indivíduos casados ou em união de facto com o mesmo nível de conflito trabalho-família. Por fim, o coeficiente de variação do “estado\_civil\_viuvo” foi de -12.75 ( $t=-2.13$ ,  $p=.034$ ), prevendo-se por isso, que a saúde mental de indivíduos viúvos diminua em média 12.75 valores em relação aos sujeitos que são casados ou que vivem em união de facto e que tenham o mesmo nível de conflito trabalho-família (cf. Tabela XX).

**Tabela XX:** Coeficientes de regressão e estatísticas do modelo 9 e 10

	Modelo 9					Modelo 10				
	$\beta$	EP	$t$	$p$ .	Tolerância (VIF)	$\beta$	EP	$t$	$p$ .	Tolerância (VIF)
Constante	71.12	2.67	26.61***	.000		71.43	2.69	26.60***	.000	
CTF	-10.20	1.25	-8.16***	.000	1.00(1.00)	-9.70	1.24	-7.80***	.000	.97(1.03)
Estado_civil_solteiro						-1.85	1.71	-1.08	.279	.97(1.03)
Estado_civil_divorciado						-11.94	3.84	-3.11**	.002	.95(1.05)
Estado_civil_viuvo						-12.752	5.99	-2.13*	.034	.99(1.01)
<b>Estatísticas do modelo</b>										
$R^2$					.19					.23
F ( $df$ ); $p$ .					F (1) =66.58, $p=.000$					F (4)= 20.76, $p=.000$
Durbin-Watson					1.82					.182
$r$					1.00					.01; .15 e .04
Índice de condição					6.56					7.45
Distância de Cook					.000< $D_c$ .428					.000< $D_c$ .428

Probabilidade: \* $p < 0.05$  \*\* $p < 0.01$  \*\*\* $p < 0.001$

Em relação às principais assumpções do MRLM, é necessário analisar um vasto conjunto de estatísticas capazes de assegurar a adequabilidade do modelo. Em primeiro lugar, conferiu-se o valor da estatística Durbin-Watson, que neste modelo assumiu o valor  $d_u=1.82$ , concluindo-se portanto, não existirem autocorrelações entre os resíduos. Seguidamente, observou-se o gráfico de dispersão (*Scatterplot*) com a finalidade de verificar se existe ou não homocedasticidade no modelo, tendo-se comprovado que os resíduos mantêm uma amplitude aproximadamente constante em relação ao eixo horizontal, não sendo demonstradas evidências crescentes ou decrescentes (cf. Figura IX).

## Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico: Impacto na saúde mental

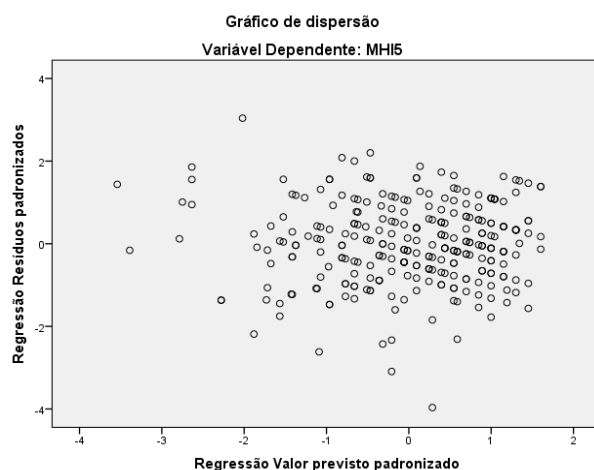


Figura IX: Gráfico de dispersão (*Scatterplot*) do modelo 10

Já os pressupostos da normalidade foram validados graficamente a partir do Histograma dos resíduos estandardizados e do gráfico normal *P-P Plot* (cf. Figura XI). Para se diagnosticar a multicolinearidade, averiguou-se o coeficiente de correlação de *Pearson* entre as variáveis independentes ( $r=.01$ ;  $.15$  e  $-.04$ ). Estes coeficientes de correlação quase inexistentes ou fracos comprovam a ausência de multicolinearidade entre o conflito trabalho-família e o estado civil. Recorreu-se ainda aos valores de Tolerância e de VIF, sendo que os valores obtidos nestas estatísticas nos permitem verificar que o modelo de regressão não apresenta problemas de multicolinearidade, o que também é confirmado a partir do valor do índice de condição (7.45) (cf. Tabela XX). Por último, averiguou-se a partir do valor de Distância de Cook ( $.000 < D_c < .428$ ) a influência de casos extremos sobre o presente modelo, tendo-se conferido que nenhum *outlier* afeta o presente modelo de regressão.

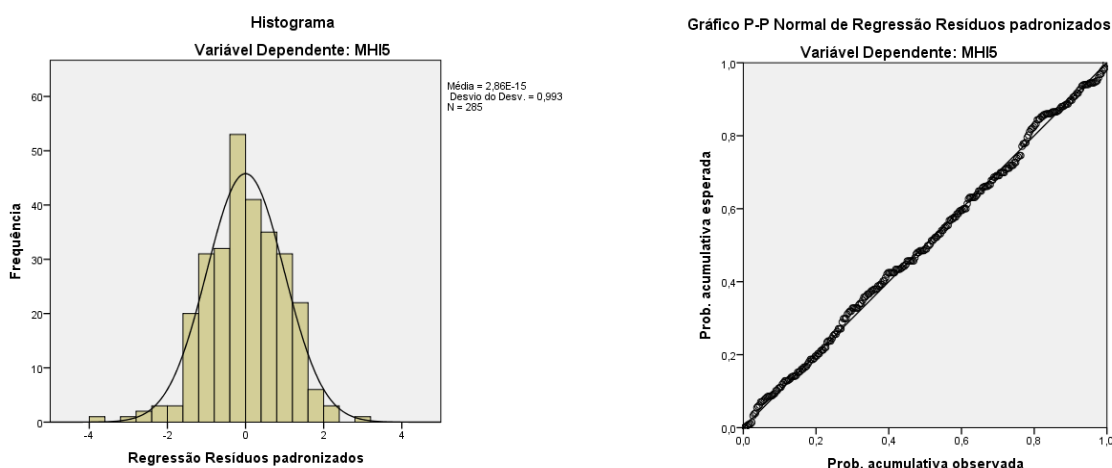


Figura X: Histograma dos resíduos estandardizados e gráfico normal *P-P Plot* do modelo 10

### Tabela XXI: Principais conclusões do modelo 10.

Prevê-se em média que sujeitos divorciados e viúvos tenham uma saúde mental (MHI-5) inferior à de indivíduos casados ou em união de facto e que tenham o mesmo nível de conflito trabalho-família. Assim sendo, fica estatisticamente comprovada a  $H_{6a}$ .

**H<sub>6b</sub>: O estado civil em conjunto com o conflito família-trabalho prediz a saúde mental.**

Com o objetivo de dar resposta a esta hipótese, postularam-se os modelos 11 e 12 que sugerem a previsão da variável dependente saúde mental (Y) mediante o conflito família-trabalho (CFT) ( $X_1$ ), o estado civil (solteiro) ( $X_2$ ), o estado civil (divorciado) ( $X_3$ ) e o estado civil (viúvo) ( $X_4$ ). A partir do método de entrada de variáveis *stepwise* adquiriram-se as equações preditivas  $Y = 58.99 - 6.29X_1$  para o modelo 11 e  $Y = 59.97 - 5.86X_1 - 2.07X_2 - 15.85X_3 - 11.11X_4$  para o modelo 12<sup>24</sup>.

Analogamente ao modelo precedente, a variável estado civil tratava-se de uma variável nominal com quatro categorias com códigos iguais a 1 (solteiro), 2 (casado ou união de facto), 3 (divorciado) e 4 (viúvo). Para o modelo de regressão, criaram-se três variáveis artificiais (*dummies*) especificamente, o “estado\_civil\_solteiro”, o “estado\_civil\_divorciado” e o “estado\_civil\_viúvo” às quais foi atribuído o valor 1. A variável “casado ou união de facto” assume o valor 1 quando as restantes variáveis assumem o valor 0, correspondendo assim à variável de referência.

A análise da tabela XXII, permite-nos apurar que o modelo 11 apresenta um  $R^2$  de .04, o que nos revela que 4% da variabilidade total da saúde mental é explicada pelo conflito família-trabalho (CFT). É observável um aumento do  $R^2$  do modelo 11 para o 12, passando este último a explicar 9% da variabilidade total da saúde mental após a introdução de três novas variáveis, sendo que este aumento se deve à significância de uma dessas mesmas variáveis (estado\_civil\_divorciado). A análise da variância do último modelo ( $F(4) = 7.27$ ,  $p < .001$ ), revela-nos a significância do mesmo, e que pelo menos uma das variáveis independentes influencia significativamente a variável saúde mental.

Seguindo para a análise dos valores dos testes individuais, a constante do presente modelo assume com significância o valor de 59.97 ( $t = 21.97$ ,  $p < .001$ ), o que mostra que aquando a variável conflito família-trabalho (CFT) e o estado civil são simultaneamente 0, a saúde mental (MHI-5) é igual a 59.97 valores. Comprova-se que apenas os regressores  $X_1$  (conflito família-trabalho) ( $\beta = -5.86$ ,  $p = .002$ ) e  $X_3$  (estado\_civil\_divorciado) ( $\beta = -15.85$ ,  $p < .001$ ) são estatisticamente significativos no modelo, influenciando portanto, a variável dependente da saúde mental. O coeficiente de variação do regressor  $X_1$  é igual a -5.86, o que mostra que por cada unidade aumentada no conflito família-trabalho, se prevê que a saúde mental

<sup>24</sup> Atendendo ao estado civil do indivíduo, obtêm-se diferentes funções. Suponhamos quatro indivíduos com o mesmo nível de CFT (2) e com diferentes estados civis: um solteiro, um divorciado, um viúvo e ainda um indivíduo casado ou em união de facto. Caso o indivíduo seja solteiro, a variável  $X_2$  (estado\_civil\_solteiro) assume o valor um, pelo que a equação preditiva do seu nível de MHI-5 é:  $Y = 59.97 - 5.86 \times 2 - 2.07 \times 1 - 15.85 \times 0 - 11.11 \times 0$ , ou seja,  $Y = 59.97 - 11.72 - 2.07 - 0 - 0 = 46.18$ . Porém, se o indivíduo for divorciado, a variável  $X_3$  (estado\_civil\_divorciado) assume o valor um, pelo que a equação preditiva do seu nível de MHI-5 é:  $Y = 59.97 - 5.86 \times 2 - 2.07 \times 0 - 15.85 \times 1 - 11.11 \times 0$ , isto é,  $Y = 59.97 - 11.72 - 0 - 15.85 - 0 = 32.4$ . Caso o indivíduo pertença ao estado civil viúvo, a variável  $X_4$  (estado\_civil\_viúvo) assume o valor um, e portanto a equação preditiva do seu nível de MHI-5 é:  $Y = 59.97 - 5.86 \times 2 - 2.07 \times 0 - 15.85 \times 0 - 11.11 \times 1$ , ou seja,  $Y = 59.97 - 11.72 - 0 - 0 - 11.11 = 37.14$ . Por fim, se o indivíduo for casado ou viver em união de facto, a variável toma o valor 0 (categoria de referência), pelo que a sua equação preditiva é:  $Y = 59.97 - 5.86 \times 2 - 2.07 \times 0 - 15.85 \times 0 - 11.11 \times 0$ , e por isso,  $Y = 59.97 - 11.72 - 0 - 0 - 0 = 48.25$ . Deste modo, prevê-se em média que a saúde mental de indivíduos casados ou em união de facto seja superior à de indivíduos solteiros, divorciados ou viúvos, com diferenças de 2.07, 15.85 e 11.11 respetivamente.

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

decreça em média 5.86 valores, enquanto que o coeficiente de variação do regressor  $X_3$  é de -15.85, o que nos permite prever que a saúde mental de indivíduos divorciados diminui em média 15.85 valores comparativamente à de sujeitos casados ou em união de facto com o mesmo nível de conflito família-trabalho. Neste sentido, pode-se confirmar que as restantes variáveis, especificamente o “estado\_civil\_solteiro” ( $\beta=-2.07$ ,  $p=.266$ ) e o “estado\_civil\_viúvo” ( $\beta=-11.11$ ,  $p=.088$ ) não exercem influência estatisticamente significativa sobre a saúde mental (cf. Tabela XXII).

**Tabela XXII:** Coeficientes de regressão e estatísticas do modelo 11 e 12

	Modelo 11				Modelo 12						
	$\beta$	EP	T	p.	Tolerância (VIF)	$\beta$	EP	t	p	Tolerância (VIF)	
Constante	58.99	2.74	21.52***	.000		59.97	2.73	21.97***	.000		
CFT	-6.29	1.88	-3.34***	.001		-5.86	1.84	-3.19**	.002	1.00(1.00)	
Estado_civil_s olteiro					1.00(1.00)	-2.07	1.85	-1.12	.266	1.00(1.03)	
Estado_civil_d ivorciado						-15.85	4.12	-3.85***	.000	.97(1.03)	
Estado_civil_v iuvo						-11.11	6.49	-1.71	.088	.99(1.01)	
<b>Estatísticas do modelo</b>											
$R^2$					.04						.09
F (df); p.					F (1) = 11.16, p=.001						F (4)=7.27, p=.000
Durbin-Watson					1.80						1.80
r					1.00						.03; .05 e -.00
Índice de condição					6.15						6.93
Distância de Cook					.000<D <sub>c</sub> <.361						.000<D <sub>c</sub> <.361

Probabilidade: \*p <0.05 \*\*p <0.01 \*\*\*p <0.001

Concentrando-nos nos pressupostos do MRLM, é indispensável averiguar diferentes estatísticas. Primeiramente, deve-se observar o gráfico de dispersão (*Scatterplot*) com a finalidade de se diagnosticar a homocedasticidade do modelo, sendo que o mesmo nos mostra que os resíduos mantêm uma amplitude aproximadamente constante em relação ao eixo horizontal, não sendo verificadas tendências crescentes ou decrescentes (cf. Figura XI).

## Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico: Impacto na saúde mental

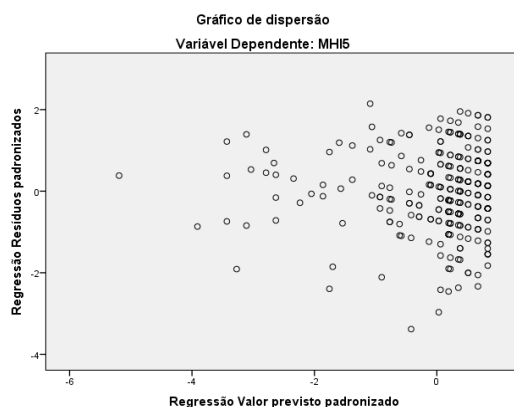


Figura XI: Gráfico de dispersão (*Scatterplot*) do modelo 12

Os pressupostos da normalidade foram validados graficamente (cf. Figura XII), e o pressuposto da independência a partir do valor da estatística Durbin-Watson ( $d_u=1.80$ ). Os requisitos da multicolinearidade foram validados a partir do coeficiente de correlação de *Pearson* entre as variáveis independentes ( $r=.03$ ;  $.05$  e  $-.00$ ), pelo que estes coeficientes quase inexistentes certificam a ausência de multicolinearidade entre o conflito família-trabalho e o estado civil, dos valores de tolerância e de VIF que nos demonstram que o modelo de regressão não apresenta problemas de multicolinearidade, e ainda através do índice de condição (7.57) que confirma os resultados das estatísticas precedentes (cf. Tabela XXII). Por fim, analisou-se o valor da Distância de Cook ( $.000 < D_c < .361$ ), que confirma a ausência de *outliers* com influência sobre o modelo de regressão estimado.

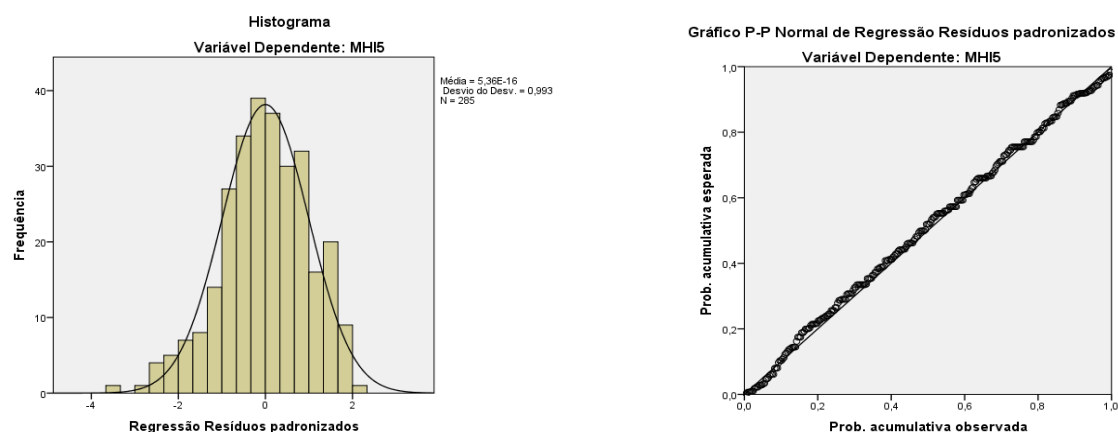


Figura XII: Histograma dos resíduos estandardizados e gráfico normal *P-P Plot* do modelo 12

### Tabela XXIII: Principais conclusões do modelo 12

Espera-se em média que um sujeito divorciado tenha uma saúde mental (MHI-5) inferior à de um indivíduo solteiro com o mesmo nível de conflito família-trabalho (CFT). Neste sentido, fica estaticamente comprovada a  $H_{6b}$ .

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

**H<sub>7a</sub>: A variável filhos em conjunto com o conflito trabalho-família é preditora da saúde mental.**

Para responder a esta hipótese, formularam-se os modelos 13 e 14 que propõem a previsão da variável dependente saúde mental (Y) em função do conflito trabalho-família (X<sub>1</sub>) e da variável filhos (X<sub>2</sub>). A partir do método de entrada de variáveis *stepwise* obtiveram-se as equações preditivas  $Y = 70.54 - 10.09X_1$  para o modelo 13 e  $Y = 69.61 - 10.04X_1 + 1.32X_2$  para o modelo 14<sup>25</sup>.

A variável filhos (X<sub>2</sub>) trata-se de uma variável *dummy* em que o valor zero pertence à categoria “não tem filhos” (valor de referência) e um à categoria “sim tem filhos”.

A tabela XXIV demonstra que o modelo 13 apresenta um R<sup>2</sup> de .18, o que significa que 18% da variabilidade total da saúde mental é explicada através do conflito trabalho-família (CTF). É possível observar que o modelo 14 apresenta o mesmo R<sup>2</sup> (.18) que o modelo anterior, demonstrando que o modelo continua a explicar 18% da variabilidade total da saúde mental mesmo após a introdução da variável filhos. A análise da variância do modelo 14 ( $F(2) = 28.71, p < .001$ ) permite-nos averiguar que este é significativo, na medida em que pelo menos uma das variáveis independentes exerce efeito significativo sobre a variável saúde mental.

Analisando os valores dos testes individuais, é possível conferir que a constante do modelo assume o valor 69.61 ( $t = 22.50, p < .001$ ), o que sugere que, caso a variável conflito trabalho-família (CTF) e filhos sejam simultaneamente 0, o valor de início da variável saúde mental é 69.61. Verifica-se que apenas o conflito trabalho-família ou regressor X<sub>1</sub> ( $\beta = -10.04, p < .001$ ) é estatisticamente significativo no modelo, o que confirma que apenas uma variável independente influencia a saúde mental. O coeficiente de variação do conflito trabalho-família é igual a -10.04, o que nos mostra que por cada unidade aumentada no conflito trabalho-família, se prevê que a saúde mental sofra um decréscimo médio de 10.04 valores. Desta forma, pode-se comprovar que a variável filhos ou regressor X<sub>2</sub> ( $\beta = 1.32, p = .450$ ) não exerce efeito estatisticamente significativo sobre a saúde mental (cf. Tabela XXIV).

**Tabela XXIV: Coeficientes de regressão e estatísticas do modelo 13 e 14**

	Modelo 13					Modelo 14				
	$\beta$	EP	t	p.	Tolerância (VIF)	$\beta$	EP	t	p.	Tolerância a (VIF)
Constante	70.54	2.84	24.85***	.000		69.61	3.09	22.50***	.000	
CTF	-10.09	1.34	-7.55***	.000	1.00(1.00)	-10.04	1.34	-7.49***	.000	1.00(1.00)
Filhos (Sim)						1.32	1.74	.757	.450	
Estatísticas do modelo										

<sup>25</sup> Suponhamos dois indivíduos, um com e outro sem filhos com o mesmo nível conflito trabalho-família (2). Se o indivíduo tiver filhos, a variável filhos toma o valor um, e portanto a equação que prevê a variação do seu nível de MHI-5 é:  $Y = 69.61 - 10.04 \times 2 + 1.32 \times 1$ , ou seja,  $Y = 69.61 - 20.08 + 1.32 = 50.85$ . Caso o indivíduo não tenha filhos, então a variável filhos assume o valor zero, pelo que a equação preditiva do seu nível de MHI-5 é:  $Y = 69.61 - 10.04 \times 2 + 1.32 \times 0$ , isto é,  $Y = 69.61 - 20.08 + 0 = 49.53$ . Neste sentido, prevê-se em média que a saúde mental de indivíduos com filhos seja superior à de sujeitos sem filhos, com uma diferença igual a 1.32.

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

$R^2$	.18	.18
F (df); p.	F (1) =56.95, p=.000	F (2) = 28.71, p=.000
Durbin-Watson	1.85	1.85
r	1.00	-.06
Índice de condição	6.58	7.93
Distância de Cook	.000 < $D_c$ < .126	.000 < $D_c$ < .126

Probabilidade: \*p < 0.05 \*\*p < 0.01 \*\*\*p < 0.001

Analisaram-se os principais pressupostos do MRLM, tendo-se observado em primeiro lugar o gráfico de dispersão (*Scatterplot*), no qual os resíduos mantêm uma amplitude aproximadamente constante relativamente ao eixo horizontal, não sendo evidenciadas tendências crescentes ou decrescentes, pelo que não se rejeita a hipótese das homocedasticidade (cf. Figura XIII)

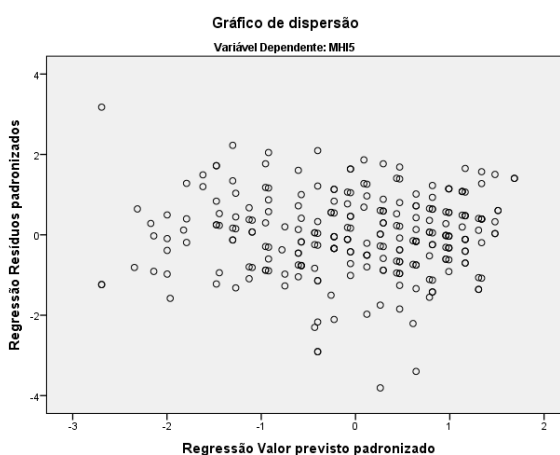


Figura XIII: Gráfico de dispersão (*Scatterplot*) do modelo 14

Os critérios da normalidade foram validados graficamente (cf. Figura XV), e o critério da independência através do valor da estatística Durbin-Watson ( $d_u=1.85$ ). Para diagnosticar a multicolinearidade, utilizaram-se diferentes critérios, mais especificamente, o coeficiente de correlação de *Pearson* ( $r=-.06$ ), que nos demonstra uma correlação muito fraca entre as variáveis independentes o que é um indicador da ausência de multicolinearidade, os valores de tolerância e de VIF que indiciam a não multicolinearidade, e ainda o índice de condição (7.93) que corrobora com os resultados das estatísticas antecedentes (cf. Tabela XXI). Por fim, é essencial observar o valor da Distância de Cook ( $.000 < D_c < .126$ ), que aponta para a ausência de *outliers* com influência sobre o modelo de regressão estimado.

## Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico: Impacto na saúde mental

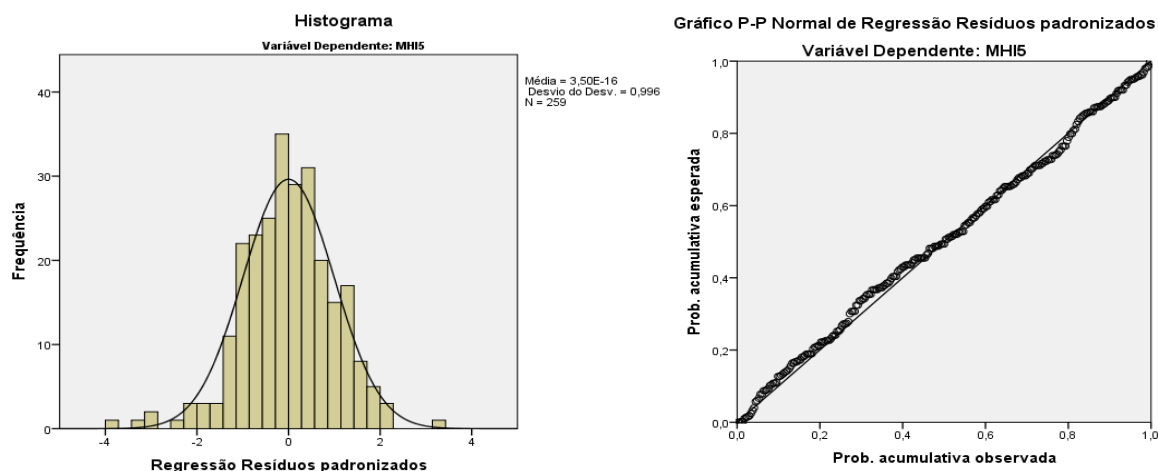


Figura XIV: Histograma dos resíduos estandardizados e gráfico normal *P-P Plot* do modelo 14

Tabela XXV: Principais conclusões do modelo 14

Não fica demonstrado que um indivíduo que tenha filhos tenha uma saúde mental inferior (MHI-5) à de um sujeito que não tenha filhos com o mesmo nível de conflito trabalho-família (CTF). Deste modo, não se prova estatisticamente a  $H_{7a}$ .

**$H_{7b}$ : A variável filhos em conjunto com o conflito família-trabalho é preditora da saúde mental.**

Com a finalidade de dar resposta à hipótese, operacionalizaram-se os modelos 15 e 16 que sugerem a previsão da variável dependente saúde mental (Y) em função das variáveis conflito família-trabalho (CFT) ( $X_1$ ) e filhos ( $X_2$ ). O método de entrada de variáveis *stepwise* possibilitou a obtenção das equações preditivas  $Y = 58.49 - 6.08X_1$  para o modelo 15 e  $Y = 57.32 - 5.95X_1 + 1.60X_2$  para o modelo 16.

Identicamente ao modelo anterior, a variável filhos é uma variável *dummy* com o código 0 para “não tem filhos” (valor de referência) e 1 para “sim tem filhos”.

Na tabela XXV, podemos verificar que o modelo 15 apresenta um  $R^2$  de .03, o que demonstra que 3% da variabilidade total da saúde mental é explicada pelo conflito família-trabalho (CFT). Assiste-se a um ligeiro aumento do  $R^2$  do modelo 15 para o 16, passando este último a explicar 4% da variabilidade total da saúde mental. O modelo 16 é significativo ( $F(2) = 4.92$ ,  $p = .008$ ), demonstrando que pelo menos uma das variáveis independentes detém um efeito significativo sobre a saúde mental.

Atendendo aos valores dos testes individuais, a constante do modelo 16 assume com significância estatística um valor igual a 57.32 ( $t = 17.68$ ,  $p < .001$ ), verificando-se que no caso das variáveis conflito família-trabalho e filhos serem simultaneamente zero, o nível médio de saúde mental previsto é igual a 57.32. Note-se que apenas o conflito família-trabalho ou regressor  $X_1$  ( $\beta = -5.95$ ,  $p = .004$ ) é estatisticamente significativo no presente modelo, o que nos permite constatar que por cada unidade aumentada no conflito família-trabalho, se prevê que a saúde mental decresça em média 5.95 valores. A variável filhos ou regressor  $X_2$  ( $\beta = 1.32$ ,  $p = .450$ ) não exerce efeito estatisticamente significativo sobre a saúde mental, o que

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

demonstra que somente uma variável independente influencia a saúde mental (cf. Tabela XXVI).

Tabela XXVI: Coeficientes de regressão e estatísticas do modelo 15 e 16

	Modelo 15					Modelo 16				
	$\beta$	EP	t	p.	Tolerância (VIF)	$\beta$	EP	t	p.	Tolerância (VIF)
Constante	58.49	2.93	19.97***	.000		57.32	3.24	17.68***	.000	
CFT	-6.08	2.01	-3.02**	.003	1.00(1.00)	-5.95	2.02	-2.95**	.004	.99(1.01)
Filhos (Sim)						1.60	1.89	.84	.399	.99(1.01)
Estatísticas do modelo										
$R^2$	.03					.04				
F (df); p.	F (1) =9.13, p=.003					F (2) =4.92, p=.008				
Durbin-Watson	1.77					1.77				
r	1.00					-.08				
Índice de condição	6.23					7.59				
Distância de Cook	.000<D <sub>c</sub> <.058					.000<D <sub>c</sub> <.058				

Probabilidade: \*p <0.05 \*\*p <0.01 \*\*\*p <0.001

No sentido de validar os principais pressupostos do MRLM, observou-se em primeiro lugar o gráfico de dispersão (*Scatterplot*), no qual os resíduos mantêm uma amplitude aproximadamente constante relativamente ao eixo horizontal, não sendo demonstradas propensões crescentes ou decrescentes, não se rejeitando portanto a hipótese das homocedasticidade (cf. Figura XV).

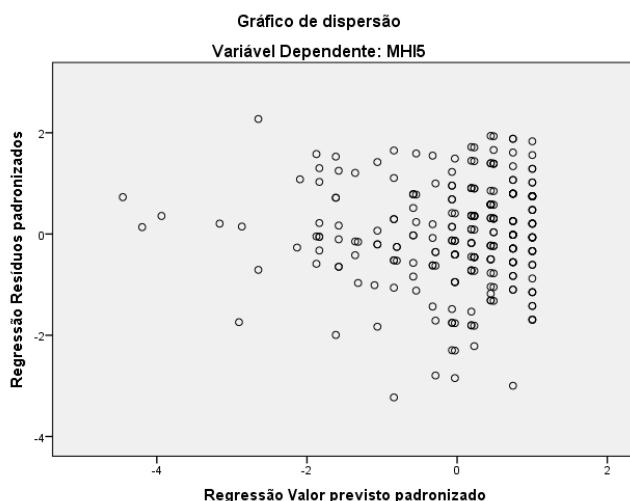


Figura XV: Gráfico de dispersão (*Scatterplot*) do modelo 16

## Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico: Impacto na saúde mental

Os pressupostos da normalidade foram validados graficamente (cf. Figura XVI), e o critério da independência a partir do valor Durbin-Watson ( $d_u=1.77$ ). Com a finalidade de diagnosticar a multicolinearidade, utilizou-se um vasto conjunto de critérios, mais especificamente, o coeficiente de correlação de *Pearson* ( $r=-.08$ ), que nos revela uma correlação muito fraca entre as variáveis independentes o que é um indicador da ausência de multicolinearidade, os valores de tolerância e de VIF que apontam para a não-multicolinearidade, e ainda o índice de condição (7.59) que confirma os resultados das estatísticas anteriores (cf. Tabela XXVI). Por último, é fundamental analisar o valor da Distância de Cook ( $.000 < D_c < .058$ ), que aponta para a ausência de *outliers* com influência sobre o modelo de regressão estimado.

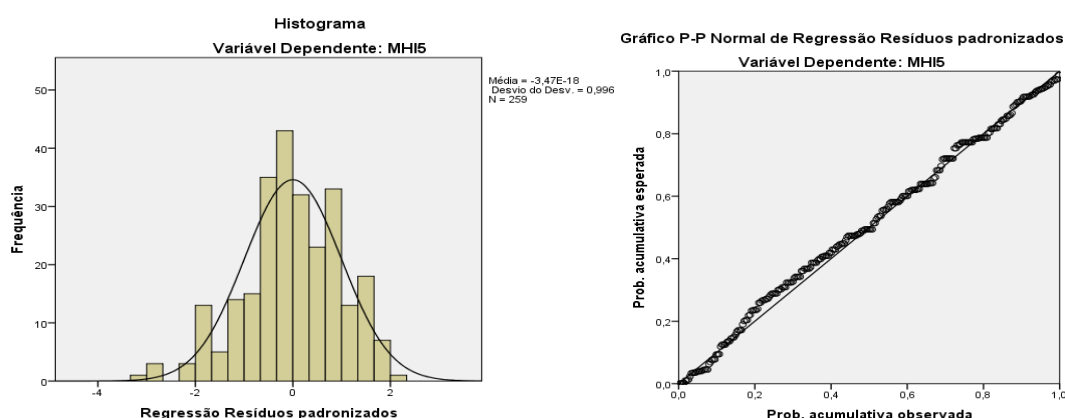


Figura XVI: Histograma dos resíduos estandardizados e gráfico normal *P-P Plot* do modelo 16

Tabela XXVII: Principais conclusões do modelo 16

Não fica provado que um indivíduo que tenha filhos tenha uma saúde mental inferior (MHI-5) à de um sujeito que não tenha filhos e que tenha o mesmo nível de conflito família-trabalho (CFT). Deste modo, não se prova estatisticamente a  $H_{7b}$ .

**$H_{8a}$ : A remuneração conjuntamente com o conflito trabalho-família é preditora da saúde mental.**

Com a finalidade de responder à hipótese, operacionalizaram-se os modelos 17 e 18 que propõem a previsão da variável dependente saúde mental (Y) em função do conflito trabalho-família ( $X_1$ ) e da remuneração ( $X_2$ ). O método de entrada de variáveis *stepwise* permitiu a obtenção das equações preditivas  $Y = 71.71 - 10.69X_1$  para o modelo 17 e  $Y = 68.71 - 10.79X_1 + 0.004X_2$  para o modelo 18<sup>26</sup>.

<sup>26</sup> Suponhamos que dois indivíduos com o mesmo nível de CTF (2) recebem respetivamente remunerações de 500€ e 700€. O indivíduo que recebe uma remuneração de 500 € tem a seguinte equação preditiva para o seu nível de MHI-5:  $Y = 68.71 - 10.79 \times 2 + 0.004 \times 500$ , ou seja,  $Y = 68.71 - 21.58 + 2 = 49.13$ . Por sua vez, o sujeito que recebe uma remuneração de 700€ adquire para o seu nível de MHI-5 a equação preditiva:  $Y = 68.71 - 10.79 \times 2 + 0.004 \times 700$ , isto é,  $Y = 68.71 - 21.58 + 2.8 = 49.93$ . Assim sendo, prevê-se que em média a saúde mental de um indivíduo que receba 700€ seja superior à de um

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

A partir da tabela XXVIII, é possível averiguar-se que o modelo 17 apresenta um  $R^2$  de .20, o que significa que 20% da variabilidade total da saúde mental é explicada pelo conflito trabalho-família. É verificável um aumento do  $R^2$  do modelo 17 para o 18, sendo que este último passa a explicar 21% da variabilidade total da saúde mental após a introdução da variável remuneração ( $X_2$ ). A análise da variância do último modelo ( $F(2) = 33.53, p < .001$ ), permite-nos compreender que o mesmo é significativo, determinando-se que pelo menos uma das variáveis independentes detém efeito significativo sobre a saúde mental.

Ao concentrarmo-nos sobre os valores dos testes individuais, a constante deste modelo assume com significância estatística o valor 68.71 ( $t = 21.70, p < .001$ ), o que mostra que quando o conflito trabalho-família e a remuneração são simultaneamente zero, o valor do início ou da origem da variável da saúde mental é 68.71. O coeficiente de variação do conflito trabalho-família é igual a -10.79 ( $t = -7.92, p < .001$ ), o que aponta que por cada unidade aumentada no conflito trabalho-família, a saúde mental decresce em média 10.79 valores, mantendo-se tudo o resto constante. Já o coeficiente de variação da remuneração é igual a .004 ( $t = 2.32, p = .021$ ), o que significa que por cada unidade monetária aumentada na remuneração, a saúde mental aumenta em média .004 valores permanecendo tudo o resto constante (cf. Tabela XXVIII).

Tabela XXVIII: Coeficientes de regressão e estatísticas do modelo 17 e 18

	Modelo 17					Modelo 18				
	$\beta$	EP	t	p.	Tolerância (VIF)	$\beta$	EP	t	p.	Tolerância (VIF)
Constante	71.71	2.92	24.59***	.000		68.71	3.17	21.70***	.000	
CTF	-10.69	1.37	-7.79***	.000	1.00(1.00)	-10.79	1.36	-7.92***	.000	1.00(1.00)
Remuneração						.004	.002	2.32*	.021	1.00(1.00)
<b>Estatísticas do modelo</b>										
$R^2$	.20					.21				
F (df); p.	F (1) = 60.61, p = .000					F (2) = 33.53, p = .000				
Durbin-Watson	1.70					1.70				
r	1.00					.03				
Índice de condição	6.78					8.27				
Distância de Cook	.000 < $D_c$ < .224					.000 < $D_c$ < .224				

Probabilidade: \*p < 0.05 \*\*p < 0.01 \*\*\*p < 0.001

No que respeita aos principais pressupostos do MRLM, é essencial analisar diferentes estatísticas que garantem a adequabilidade do modelo. Assim, deve-se observar o gráfico de dispersão (*Scatterplot*) com o objetivo de diagnosticar a homocedasticidade do modelo, sendo que o mesmo nos indica que os resíduos mantêm uma amplitude aproximadamente constante relativamente a eixo horizontal, não sendo evidenciadas tendências crescentes ou decrescentes (cf. Figura XVII).

indivíduo que recebe apenas 500€, havendo uma diferença de .8 (.004 x 200 (diferença entre as remunerações)).

## Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico: Impacto na saúde mental

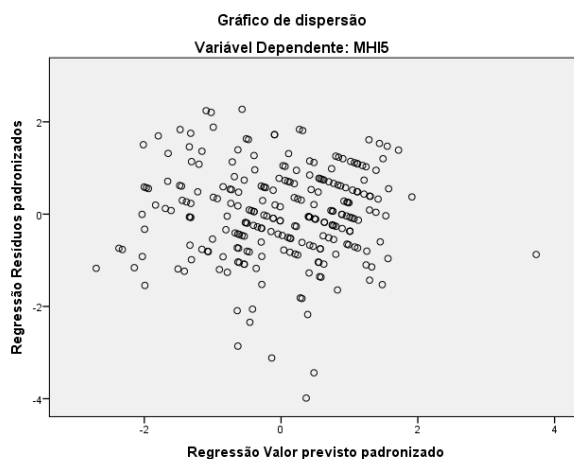


Figura XVII: Gráfico de dispersão (*Scatterplot*) do modelo 18

O pressuposto da independência foi validado mediante o valor da estatística Durbin-Watson ( $d_u=1.70$ ) e os critérios da normalidade através do histograma dos resíduos estandardizados e do gráfico normal *P-P Plot* (cf. Figura XVIII). Para se efetuar o diagnóstico da multicolinearidade, recorreu-se a diferentes estatísticas, nomeadamente ao coeficiente de correlação de *Pearson* ( $r=.03$ ) que nos demonstra uma correlação muito fraca entre as variáveis independentes, aos valores de tolerância e de VIF e ainda, ao valor do índice de condição (8.27), sendo que todas estas estatísticas apontam para a ausência de multicolinearidade no modelo. Analisou-se também o valor da Distância de Cook ( $.000 < D_c < .224$ ), que indica não existirem *outliers* com influência sobre o modelo de regressão estimado.

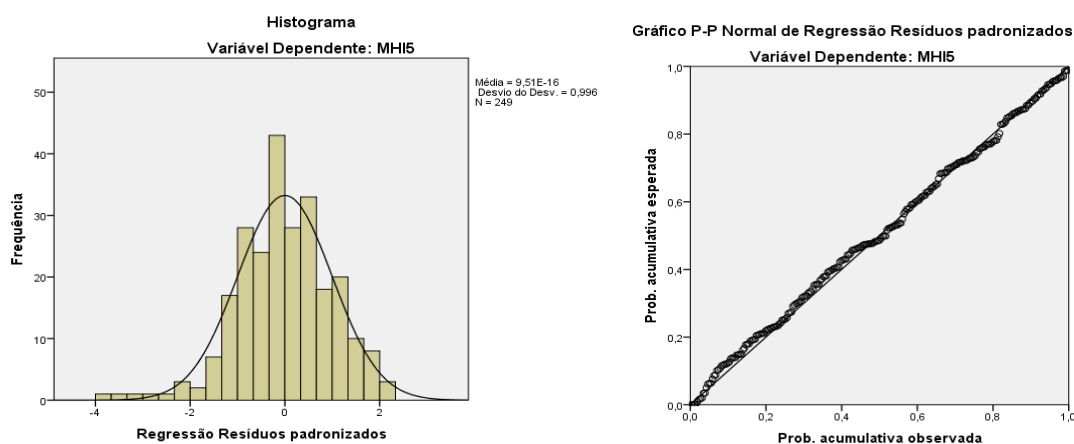


Figura XVIII: Histograma dos resíduos estandardizados e gráfico normal *P-P Plot* do modelo 18

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

Tabela XXIX: Principais conclusões do modelo 18

Prevê-se que remunerações mais baixas estejam associadas a níveis mais baixos de saúde mental, considerando os mesmos níveis de conflito trabalho-família. Desta forma, prova-se estatisticamente a  $H_{8a}$ .

**$H_{8b}$ : A remuneração conjuntamente com o conflito família-trabalho é preditora da saúde mental.**

De forma a responder à hipótese, delinearam-se os modelos 19 e 20 que sugerem a previsão da variável dependente saúde mental (Y) em função do conflito família-trabalho ( $X_1$ ) e da remuneração ( $X_2$ ). De acordo com o método de entrada de variáveis *stepwise* obtiveram-se as equações preditivas  $Y = 58.43 - 6.19X_1$  para o modelo 19 e  $Y = 55.56 - 6.10X_1 + .004X_2$  para o modelo 20<sup>27</sup>.

A tabela XXX permite-nos apurar que o modelo 19 apresenta um  $R^2$  de .04, o que significa que 4% da variabilidade total da saúde mental é explicada pelo conflito família-trabalho. Assiste-se a um aumento do  $R^2$  do modelo 19 para o 20, passando o último a explicar 5% da variabilidade total da saúde mental após se ter introduzido no modelo a variável remuneração ( $X_2$ ). O modelo 20 é significativo ( $F(2) = 6.13, p = .003$ ) e portanto, conclui-se que pelo menos uma das variáveis independentes afeta significativamente a saúde mental.

Refletindo sobre os valores dos testes individuais, verificámos que a constante do modelo 20 assume o valor 55.56 ( $t = 16.51, p < .001$ ), o que nos mostra que nas situações em que o conflito família-trabalho e a remuneração são concomitantemente zero, a origem da variável da saúde mental é 55.56 valores. Note-se que apenas um dos regressores, o conflito família-trabalho ( $X_1$ ) ( $\beta = -6.10, p = .003$ ), é estatisticamente significativo neste modelo, concluindo-se neste sentido, que por cada unidade aumentada no conflito família-trabalho, se prevê que a saúde mental decresça em média 6.10 valores, mantendo-se tudo o resto constante. Assim, verifica-se que a remuneração ou regressor  $X_2$  ( $\beta = .004, p = .072$ ) não desencadeia efeito estatisticamente significativo na saúde mental (cf. Tabela XXX).

Tabela XXX: Coeficientes de regressão e estatísticas do modelo 19 e 20

	Modelo 19					Modelo 20				
	$\beta$	EP	t	p.	Tolerância (VIF)	$\beta$	EP	t	p.	Tolerância (VIF)
Constante	58.43	2.98	19.61***	.000		55.56	3.36	16.51***	.000	
CFT	-6.19	2.07	-2.98**	.003	1.00(1.00)	-6.10	2.06	-2.95**	.003	1.00(1.00)
Remuneração						.004	.002	1.81	.072	1.00(1.00)
Estatísticas do modelo										

<sup>27</sup> Suponhamos que dois indivíduos com o mesmo nível de CFF (2) recebem respetivamente remunerações de 500€ e 700€. O indivíduo que recebe uma remuneração de 500 € tem a seguinte equação preditiva para o seu nível de MHI-5:  $Y = 68.71 - 10.79 \times 2 + .004 \times 500$ , ou seja,  $Y = 68.71 - 21.58 + .2 = 49.13$ . Por sua vez, o sujeito que recebe uma remuneração de 700€ adquire para o seu nível de MHI-5 a equação preditiva:  $Y = 68.71 - 10.79 \times 2 + .004 \times 700$ , isto é,  $Y = 68.71 - 21.58 + 2.8 = 49.93$ . Assim sendo, prevê-se que em média a saúde mental de um indivíduo que receba 700€ seja superior à de um indivíduo que recebe apenas 500€, havendo uma diferença de .8 (.004 x 200 (diferença entre as remunerações)).

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

$R^2$	.04	.05
F (df); p.	F (1) = 8.90, p=.003	F (2) = 6.13, p=.003
Durbin-Watson	1.71	1.71
r	1.00	-.02
Índice de condição	6.30	7.85
Distância de Cook	.000 < $D_c$ < .033	.000 < $D_c$ < .033

Probabilidade: \*p < 0.05 \*\*p < 0.01 \*\*\*p < 0.001

Analisaram-se os pressupostos do MRLM, particularmente o da homocedasticidade, da distribuição normal, da independência dos erros e da multicolinearidade. O primeiro foi validado a partir da análise do gráfico de dispersão (*Scatterplot*), sendo que o mesmo nos revela que os resíduos mantêm uma amplitude aproximadamente constante, não exibindo tendências crescentes ou decrescentes (cf. Figura XIX).

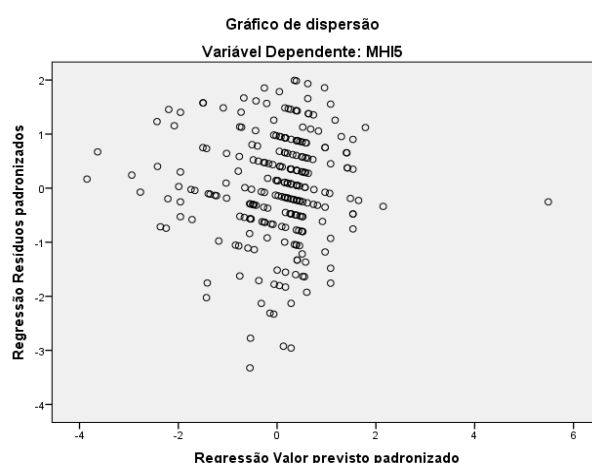


Figura XIX: Gráfico de dispersão (*Scatterplot*) do modelo 20

Com o fim de diagnosticar a independência dos erros do modelo, observou-se o valor da estatística Durbin-Watson ( $d_u=1.71$ ), sendo que para se validar o pressuposto da distribuição normal se analisou o histograma dos resíduos estandardizados bem como o gráfico normal *P-P Plot* (cf. Figura XX). Seguidamente, e com objetivo de validar o critério da multicolinearidade, recorreu-se a diferentes estatísticas, particularmente ao coeficiente de correlação de *Pearson* ( $r=-.02$ ) que nos apresenta uma correlação bastante fraca entre as variáveis independentes, aos valores de tolerância e de VIF e também, ao valor do índice de condição (7.85). Todas as estatísticas supracitadas, revelaram que o modelo 10 não se caracteriza por um problema de multicolinearidade. Por fim, analisou-se também o valor da Distância de Cook ( $.000 < D_c < .224$ ), que indica não existirem *outliers* com influência sobre o modelo de regressão estimado.

## Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico: Impacto na saúde mental

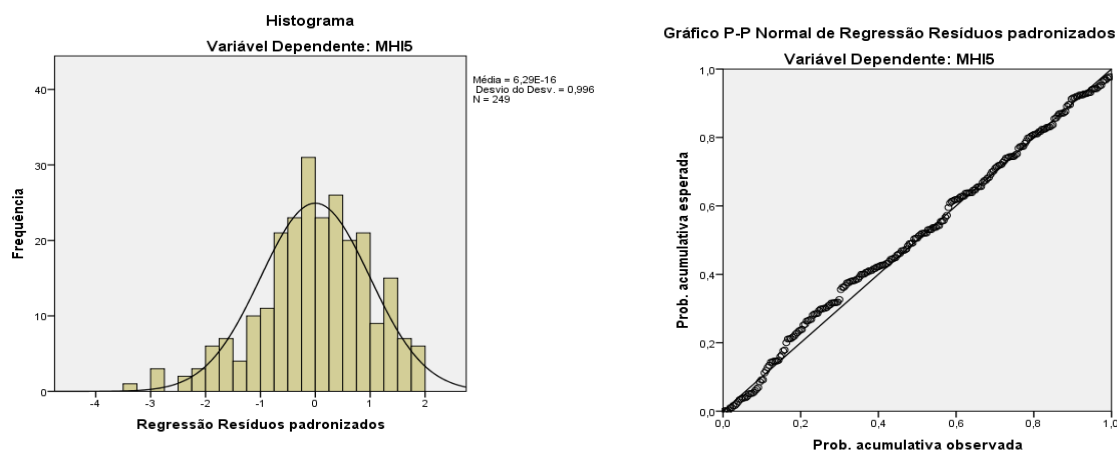


Figura XX: Histograma dos resíduos estandardizados e gráfico *P-P Plot* do modelo 20

Tabela XXXI: Principais conclusões do modelo 20

Não fica provado que remunerações mais baixas se encontrem associadas a níveis inferiores de saúde mental, considerando os mesmos níveis de conflito família-trabalho. Desta forma, não se prova estatisticamente a  $H_{8b}$ .

**$H_{9a}$ : A satisfação relativamente à remuneração em conjunto com o conflito trabalho-família prediz a saúde mental.**

De forma a responder à hipótese, operacionalizaram-se os modelos 21 e 22 que propõem efetuar a previsão da variável dependente saúde mental ( $Y$ ) em função do conflito trabalho-família ( $X_1$ ), da insatisfação com a remuneração ( $X_2$ ) e da pouca satisfação com a remuneração ( $X_3$ ). Segundo o método de entrada de variáveis *stepwise* alcançaram-se as equações preditivas  $Y = 71.14 - 10.23X_1$  para o modelo 21 e  $Y = 73.55 - 8.95X_1 - 8.60X_2 - 3.61X_3$  para o modelo 22<sup>28</sup>.

Dado que a variável satisfação com a remuneração se tratava de uma variável nominal com três categorias com códigos iguais a 1 (Insatisfeito), 2 (pouco satisfeito) e 3 (Satisfeito), criaram-se duas variáveis artificiais (*dummies*), mais concretamente a “Insatisfeito” que assume o valor um e a “pouco satisfeito” que toma o valor um. Por sua vez, a variável “Satisfeito” é definida quando as outras duas variáveis assumem o valor zero, correspondendo à variável de referência.

<sup>28</sup>Esta função pode desdobrar-se em diferentes funções perante diversos graus de satisfação relativamente à remuneração do indivíduo. Suponhamos três sujeitos com o mesmo nível de CTF (2) e com diferentes graus de satisfação relativamente à remuneração: um que se encontra insatisfeito, outro que se encontra pouco satisfeito, e ainda outro que se encontra satisfeito. Caso o indivíduo se sinta insatisfeito perante a remuneração recebida, a variável  $X_2$  (insatisfeito) toma o valor 1, e portanto a equação preditiva do seu nível de MHI-5 é:  $Y = 73.55 - 8.95 \times 2 - 8.60 \times 1 - 3.61 \times 0$ , ou seja,  $Y = 73.55 - 17.9 - 8.60 - 0 = 47.05$ . Porém, se o indivíduo se encontrar pouco satisfeito, a variável  $X_3$  assume o valor um, e portanto o seu nível de MHI-5 é obtido através da equação preditiva:  $Y = 73.55 - 8.95 \times 2 - 8.60 \times 0 - 3.61 \times 1$ , isto é,  $Y = 73.55 - 17.9 - 0 - 3.61 = 52.04$ . Finalmente, se o indivíduo se encontrar satisfeito relativamente à sua remuneração, a variável assume o valor 0, e portanto a equação preditiva do seu nível de MHI-5 é:  $Y = 73.55 - 8.95 \times 2 - 8.60 \times 0 - 3.61 \times 0$ , ou seja,  $Y = 73.55 - 17.9 - 0 - 0 = 55.65$ . Deste modo, prevê-se que em média a saúde mental de indivíduos insatisfeitos e pouco satisfeitos relativamente à sua remuneração é inferior à de sujeitos satisfeitos relativamente à mesma, com diferenças de 8.6 e 3.61 respetivamente.

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

A partir da tabela XXXII, é possível conferir-se que o modelo 21 apresenta um  $R^2$  de .19, demonstrando que 19% da variabilidade total da saúde mental é explicada pelo conflito trabalho-família. É observável um aumento do  $R^2$  do modelo 21 para o 22, sendo que este último passa a explicar 23% da variabilidade total da saúde mental após a introdução de duas variáveis relacionadas com a satisfação relativamente à remuneração, em que uma delas tem significância estatística ( $X_2$ ). O modelo 22 é significativo ( $F(3) = 29.21, p < .001$ ), concluindo-se portanto, que pelo menos uma das variáveis independentes possui um efeito significativo sobre a saúde mental.

Considerando os resultados dos testes individuais, a constante do modelo 22 assume o valor 72.95 ( $t = 25.36, p < .001$ ), verificando-se que no caso das variáveis conflito trabalho-família, insatisfação e pouca satisfação relativamente à remuneração serem concomitantemente zero, se prevê que o nível médio de saúde mental seja igual a 72.95. O coeficiente de variação do conflito trabalho-família (CTF) é -8.72 ( $t = -6.83, p < .001$ ) o que mostra que por cada unidade aumentada no conflito trabalho-família, se prevê que a saúde mental (MHI-5) diminua em média 8.72 valores. Por sua vez, o coeficiente de variação da variável Insatisfeito é -7.73 ( $t = -3.82, p < .001$ ), o que significa que a diferença esperada entre a saúde mental de indivíduos insatisfeitos com a remuneração e indivíduos satisfeitos com a mesma é igual a -7.73, esperando-se por isso, que a saúde mental de um indivíduo insatisfeito com a sua remuneração decresça em média 7.73 valores quando comparado com um indivíduo satisfeito com a sua remuneração e que tenha o mesmo nível de conflito trabalho-família. Já o coeficiente de variação da variável pouco satisfeito é igual a -2.44 ( $t = -1.04, p = .298$ ), não exercendo influência estatisticamente significativa sobre a saúde mental (cf. Tabela XXXII).

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

Tabela XXXII: Coeficientes de regressão e estatísticas do modelo 21 e 22

	Modelo 21					Modelo 22				
	$\beta$	EP	t	p.	Tolerância (VIF)	$\beta$	EP	t	p.	Tolerância (VIF)
Constante	71.14	2.67	26.67***	.000		73.55	3.22	22.83***	.000	
CTF	-10.23	1.25	-8.21***	.000	1.00(1.00)	-8.95	1.27	-7.02***	.000	.92 (1.09)
Insatisfeito						-8.60	2.66	-3.24***	.001	.37 (2.74)
Pouco_satisfeito						-3.61	2.51	-1.44	.152	.38 (2.61)
Estatísticas do modelo										
$R^2$	.19					.23				
F (df); p.	F (1) =67.33, p=.000					F (3) =27.81, p=.000				
Durbin-Watson	1.82					1.82				
r	1.00					.27 e -.18				
Índice de condição	6.58					8.74				
Distância de Cook	.000 < D <sub>c</sub> < .150					.000 < D <sub>c</sub> < .150				

Probabilidade: \*p <0.05 \*\*p <0.01 \*\*\*p <0.001

No que respeita aos pressupostos do MRLM, a homocedasticidade é garantida a partir da análise do gráfico de dispersão (*Scatterplot*) que se caracteriza por uma amplitude aproximadamente constante dos resíduos, não sendo exibidas tendências decrescentes ou crescentes (cf. Figura XXI).

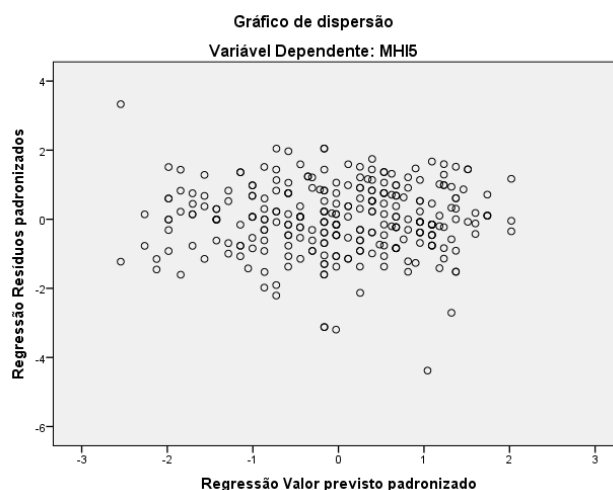


Figura XXI: Gráfico de dispersão (*Scatterplot*) do modelo 22

O pressuposto da normalidade foi validado graficamente (cf. Figura XXII), e o da independência dos erros a partir da observação do valor da estatística Durbin-Watson ( $d_u=1.82$ ). Com o fim de aprovar o pressuposto da multicolinearidade, examinaram-se diferentes estatísticas, nomeadamente o coeficiente de correlação de *Pearson* ( $r=.27$  e  $-.18$ ) que nos apresenta correlações moderadas e fracas entre as variáveis independentes, os valores de tolerância e de VIF e ainda, o valor do índice de condição (8.74), sendo que todas estas estatísticas revelam que o modelo 22 não apresenta problemas de multicolinearidade.

## Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico: Impacto na saúde mental

Observou-se ainda o valor da Distância de Cook ( $.000 < D_c < .150$ ), que assinala não existirem *outliers* influentes no modelo de regressão estimado.

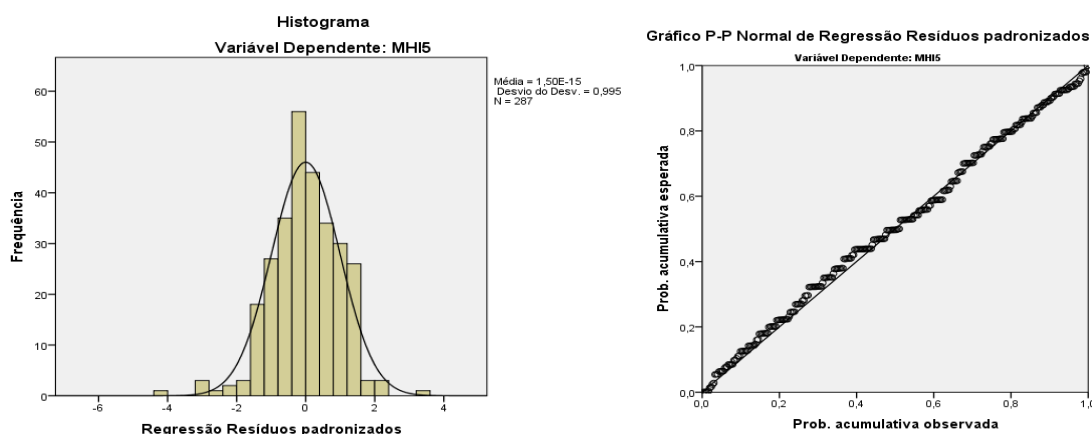


Figura XXII: Histograma dos resíduos estandardizados e gráfico normal *P-P Plot* do modelo 22

Tabela XXXIII: Principais conclusões do modelo 22

Prevê-se em média que um sujeito menos satisfeito relativamente à sua remuneração tenha uma saúde mental (MHI-5) inferior à de um indivíduo mais satisfeito em relação à sua remuneração e que tenha o mesmo nível de conflito trabalho-família (CTF). Deste modo, prova-se estatisticamente a  $H_{6c}$ .

**$H_{9b}$ : A satisfação relativamente à remuneração em conjunto com o conflito família-trabalho prediz a saúde mental.**

Para responder à hipótese delineada, delinearam-se os modelos 23 e 24 que procuram prever a variável dependente saúde mental ( $Y$ ) em função do conflito família-trabalho ( $X_1$ ), da insatisfação com a remuneração ( $X_2$ ) e da pouca satisfação com a remuneração ( $X_3$ ). A partir do método de entrada de variáveis *stepwise* obtiveram-se as equações preditivas  $Y = 58.72 - 6.15X_1$  para o modelo 23 e  $Y = 64.88 - 5.82X_1 - 12.14X_2 - 4.10X_3$  para o modelo 24<sup>29</sup>.

Tal como no modelo precedente, a variável satisfação com a remuneração correspondia a uma variável nominal constituída por três categorias com códigos equivalentes a 1 (insatisfeito), 2 (pouco satisfeito) e 3 (satisfeito). Neste seguimento, desenvolveram-se duas variáveis artificiais (*dummies*), mais concretamente a “Insatisfeito” que assume o valor 1 e a

<sup>29</sup> Suponhamos três sujeitos com o mesmo nível de CFT (2) e com diferentes graus de satisfação relativamente à remuneração: um que se encontra insatisfeito, outro que se encontra pouco satisfeito, e ainda outro que se encontra satisfeito. Caso o indivíduo se sinta insatisfeito perante a remuneração recebida, a variável  $X_2$  (insatisfeito) toma o valor 1, e portanto a equação preditiva do seu nível de MHI-5 é:  $Y = 64.88 - 5.82 \times 2 - 12.14 \times 1 - 4.10 \times 0$ , ou seja,  $Y = 64.88 - 11.64 - 12.14 - 0 = 41.1$ . Porém, se o indivíduo se encontrar pouco satisfeito, a variável  $X_3$  assume o valor um, e portanto o seu nível de MHI-5 é obtido através da equação preditiva:  $Y = 64.88 - 5.82 \times 2 - 12.14 \times 0 - 4.10 \times 1$ , isto é,  $Y = 64.88 - 11.64 - 0 - 4.10 = 49.14$ . Finalmente, se o indivíduo se encontrar satisfeito relativamente à sua remuneração, a variável assume o valor 0, e portanto a equação preditiva do seu nível de MHI-5 é:  $Y = 64.88 - 5.82 \times 2 - 12.14 \times 0 - 4.10 \times 0$ , ou seja,  $Y = 64.88 - 11.64 - 0 - 0 = 53.24$ . Deste modo, prevê-se que em média a saúde mental de indivíduos insatisfeitos e pouco satisfeitos relativamente à sua remuneração é inferior à de sujeitos satisfeitos relativamente à mesma.

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

“pouco satisfeito” que assume igualmente o mesmo valor. Já a variável “Satisfeito” assume o valor 1 quando as restantes variáveis são 0, correspondendo portanto, à variável de referência.

Ao concentrarmo-nos na tabela XXXIV, verificamos que o presente modelo detém um  $R^2$  igual a .04, o que demonstra que 4% da variabilidade total da saúde mental é explicada a partir do conflito família-trabalho. É possível observar-se um aumento do  $R^2$  do modelo 23 para o 24, passando este último a explicar 13% da variabilidade total da saúde mental após a introdução das variáveis insatisfeito e pouco satisfeito relativamente à remuneração, em que a primeira detém significância estatística. A análise da variância do último modelo ( $F(3) = 15.34, p < .001$ ) revela que este é significativo, e que pelo menos uma das variáveis independentes afeta significativamente a saúde mental.

No que respeita aos resultados dos testes individuais verificamos que a constante do modelo 24 assume o valor 64.36 ( $t = 21.70, p < .001$ ), constatando-se que no caso das variáveis conflito família-trabalho, insatisfação e pouca satisfação relativamente à remuneração serem simultaneamente zero, prevê-se que o nível de saúde mental seja em média 64.36. O coeficiente de variação do conflito família-trabalho (CFT) é -5.55 ( $t = -3.11, p = .002$ ), prevendo-se que por cada unidade aumentada no conflito família-trabalho, a saúde mental decresça em média 5.56 valores. Por sua vez, o coeficiente de variação da variável insatisfeito com a remuneração assume o valor -10.64 ( $t = -5.09, p < .001$ ), concluindo-se deste modo, que a diferença esperada entre indivíduos insatisfeitos relativamente à remuneração e indivíduos satisfeitos em relação à mesma é igual a -10.64, o que significa que a saúde mental de indivíduos insatisfeitos relativamente à remuneração diminui em 10.64 valores quando comparada com a de indivíduos satisfeitos e que tenham o mesmo nível de conflito família-trabalho. Por último, o coeficiente de variação do variável pouco satisfeito é igual a -4.10 ( $t = -1.54, p = .126$ ), não tendo qualquer efeito estatisticamente significativo sobre a saúde mental (cf. Tabela XXXIV).

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

Tabela XXXIV: Coeficientes de regressão e estatísticas do modelo 23 e 24

	Modelo 23					Modelo 24				
	$\beta$	EP	t	p.	Tolerância (VIF)	$\beta$	EP	t	p.	Tolerância (VIF)
Constante	58.72	2.7	21.53***	.000		64.88	3.33	19.48***	.000	
CFT	-6.15	3	-3.28***	.001	1.00(1.00)	-5.82	1.80	-3.24***	.001	.99 (1.01)
Insatisfeito		1.8				-12.14	2.76	-4.39***	.000	.38 (2.61)
Pouco_satisfeito		8				-4.10	2.68	-1.54	.126	.38 (2.62)
Estatísticas do modelo										
$R^2$					.04					.13
F (df); p.					F (1) =10.74, p=.001					F (3) =13.54, p=.000
Durbin-Watson					1.77					1.77
r					1.00					.01 e .04
Índice de condição					6.15					8.38
Distância de Cook					.000<D <sub>c</sub> <.131					.000<D <sub>c</sub> <.131

Probabilidade: \*p <0.05 \*\*p <0.01 \*\*\*p <0.001

Considerando as principais *assumpções* do MRLM, é indispensável analisar diferentes estatísticas que asseguram a eficácia do modelo. Primeiramente, deve-se partir para a observação do gráfico de dispersão (*Scatterplot*) que exhibe uma amplitude aproximadamente constante em relação ao eixo horizontal, validando-se assim o pressuposto da homocedasticidade (cf. Figura XXIII).

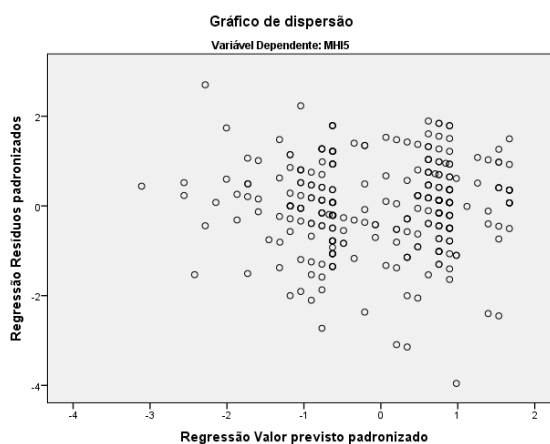


Figura XXIII: Gráfico de dispersão (*Scatterplot*) do modelo 24

## Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico: Impacto na saúde mental

O pressuposto da normalidade é validado graficamente (cf. Figura, e o da independência dos dados a partir do valor da estatística Durbin-Watson ( $d_u=1.76$ ). Para se efetuar o diagnóstico da multicolinearidade, observaram-se os valores do coeficiente de correlação de *Pearson* ( $r=.01$  e  $.04$ ), os valores da tolerância e de VIF e também o índice de condição (8.38), sendo que todas estas estatísticas sugeriram que o modelo em questão não exhibe quaisquer problemas de multicolinearidade. Por fim, refletiu-se sobre o valor da distância de Cook ( $.000 < D_c < .131$ ), que propõe que o presente modelo não contém *outliers* influentes sobre o mesmo.

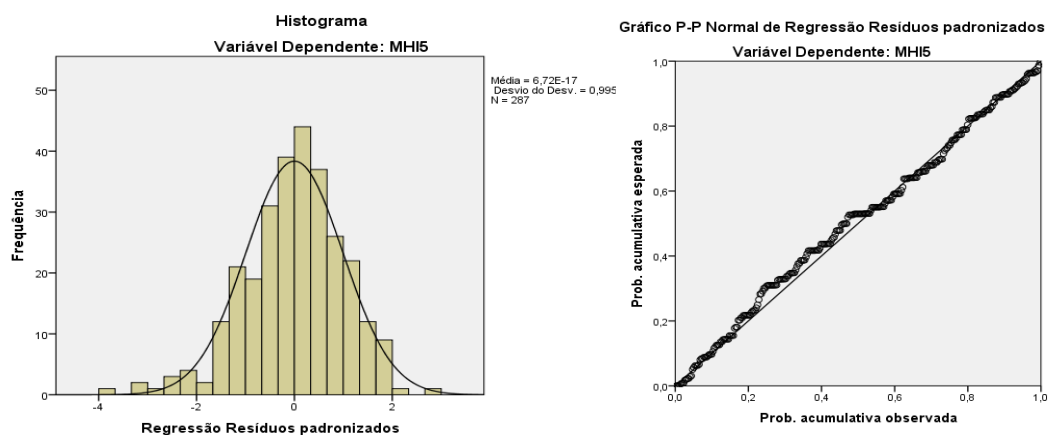


Figura XXIV: Histograma com os resíduos estandardizados e gráfico normal *P-P Plot* do modelo 24

Tabela XXXV: Principais conclusões do modelo 24

Prevê-se em média que um indivíduo menos satisfeito relativamente à sua remuneração tenha uma saúde mental (MHI-5) inferior quando comparado a um sujeito mais satisfeito em relação à sua remuneração e que tenha o mesmo nível de conflito família-trabalho (CFT). Neste sentido, prova-se estatisticamente a  $H_{6d}$ .

## Capítulo IV - Discussão e principais implicações

### 4.1. Discussão dos resultados

A presente investigação tem como principal objetivo contribuir para a compreensão da influência de variáveis de *stress* económico no conflito trabalho-família e família-trabalho, bem como de avaliar o impacto de ambas as direções do conflito entre o trabalho e a família e de variáveis sociodemográficas na saúde mental de indivíduos que se encontram atualmente inseridos no mercado de trabalho.

O desenvolvimento do presente estudo implicou a operacionalização de três grupos de hipóteses relacionados com os domínios da perceção de *stress* económico, do conflito entre o trabalho e a família e da saúde mental. O primeiro remete para a relação existente entre a perceção de *stress* económico e o conflito trabalho-família e família-trabalho, o segundo recaí sobre a relação entre a saúde mental e ambas as direções do conflito entre o trabalho e a família, e por último, o terceiro que se concentra no efeito de variáveis sociodemográficas que em conjunto com as direções do conflito entre os domínios laboral e familiar afetam a saúde mental. Importa referir que procuraremos responder aos mesmos não só a partir dos dados obtidos no presente estudo empírico como também através da informação obtida em investigações precedentes.

Acerca da nossa amostra, um ponto que merece ser discutido recaí sobre a disparidade do número de respostas dos participantes a cada uma das questões, visto que grande parte dos protocolos de investigação foram-nos entregues incompletos. Este acontecimento pode ser explicado através da dificuldade dos indivíduos a responderem a questões mais pessoais tais como a remuneração líquida mensal ou se o seu rendimento permite a satisfação das principais necessidades da família, destacando-se também a semelhança entre algumas questões e a extensividade do protocolo de investigação.

Importa salientar também a dificuldade com que nos deparámos em recolher um número equitativo de protocolos de investigação por sexo. Do nosso ponto de vista, esta discrepância parece-nos encontrar-se relacionada com o facto da nossa amostra contemplar na sua grande maioria sujeitos com profissões intrínsecas às atividades dos serviços, sendo que segundo o INE (2011), este ramo profissional é constituído maioritariamente por mulheres (41.58% contra 17.44%).

No presente estudo empírico participaram 287 indivíduos, tendo sido encontrado um número considerável de sujeitos com sintomas graves (166 obtiveram pontuações inferiores a 52 valores que corresponde ao ponto de corte) e com sintomas moderados ao nível da saúde mental (54 pontuaram entre 52 e 60 valores). Estes dados são corroborados pela literatura, que tem evidenciado o aumento da prevalência de perturbações psiquiátricas e de problemas de saúde mental relacionados com a saúde em geral, demonstrando que estes problemas se

tornaram não só na principal causa de incapacitação para a atividade produtiva, como também numa das principais causas de morbilidade e morte precoce a nível global (DGS, 2013). Atendendo à situação portuguesa, é o nosso país quem se encontra no topo da prevalência de perturbações mentais dos oito países europeus que participaram no projeto do grupo de Avaliação, Classificação e Epidemiologia (ACE) da OMS, sendo que a nível global se encontra na segunda posição com uma taxa de prevalência ligeiramente inferior à dos EUA que ocupam neste caso, a primeira posição (Wilkinson & Pickett, 2009 cit in DGS, 2013). Outro indicador que confirma estes dados assenta no elevado consumo de antidepressivos pelos Portugueses que excede significativamente a média da União Europeia (15% contra 7%) (European Commission-Eurobarometer, 2010 cit in Macedo, 2013). Esta informação comprova a elevada prevalência de perturbações do foro psiquiátrico em Portugal, destacando-se o facto de grande parte da população não ter acesso a tratamento e de cerca de 33.6% dos indivíduos com patologias graves não receberem tratamento em nenhum dos níveis dos serviços de saúde nacionais (Silva, 2012 cit in Macedo, 2013).

#### 4.1.1. Relação entre perceção de *stress* económico e conflito trabalho-família e família-trabalho

Em relação às variáveis de perceção de *stress* económico, no que respeita à **hipótese 1<sub>a</sub>** que sugere que os níveis de conflito trabalho-família são mais elevados em indivíduos que percecionam que o rendimento não permite satisfazer as principais necessidades da família, o nosso estudo revelou resultados significativos. Estes dados vão ao encontro da literatura, na medida em que as dificuldades económicas se encontram associadas de forma positiva ao conflito trabalho-família, isto é, à medida que as dificuldades económicas intensificam, também os níveis de conflito trabalho-família aumentam (Annick et al., 2014).

Ao concentrarmo-nos sobre os resultados adquiridos na **hipótese 1<sub>b</sub>**, que sugere que os níveis de conflito família-trabalho são mais elevados quando os indivíduos percecionam que o seu rendimento não permite a satisfação das principais necessidades da família, não são evidenciados resultados significativos. Estes dados não vão ao encontro da literatura, que por sua vez demonstra que o conflito família-trabalho se encontra positivamente relacionado com a perceção de *stress* económico (Schieman & Young, 2011). Estudos empíricos recentes demonstram que o *stress* económico equivale ao principal fator de risco do conflito família-trabalho, embora a associação entre as mesmas variáveis tenda a modificar-se consoante o género e as condições laborais do indivíduo (Schieman & Young, 2011). Ainda que não sejam exibidos valores significativos, é importante acrescentar que os resultados médios obtidos no CFT demonstram que são os sujeitos que percebem o seu rendimento como insuficiente para satisfazer as principais necessidades da família, que tendem a reportar níveis mais elevados de conflito família-trabalho.

Sucintamente, a falta de capacidade para responder às exigências colocadas para cuidar da família leva ao aumento do conflito entre o domínio laboral e familiar (Williams & Boushey, 2010).

Numa posição mais exploratória, procurámos verificar se existem diferenças significativas nos níveis de conflito trabalho-família e família-trabalho perante diferentes graus de avaliação do decréscimo do rendimento (**hipóteses 2<sub>a</sub> e 2<sub>b</sub>**). Estas hipóteses foram rejeitadas, o que no nosso ponto de vista demonstra que mais importante do que avaliação que o próprio indivíduo faz do decréscimo do rendimento, é a perceção que o mesmo reporta de ser incapaz de satisfazer as principais necessidades do agregado familiar.

#### 4.1.2. Relação entre saúde mental e conflito trabalho-família e família-trabalho

Com o objetivo de compreender a associação existente entre a saúde mental e as direções do conflito entre o trabalho e a família, correlacionaram-se os respetivos instrumentos de avaliação. No que respeita à **hipótese 3<sub>a</sub>**, que por sua vez sugere que níveis mais baixos de saúde mental se encontram associados a níveis mais altos de conflito trabalho-família, demonstrou-se uma correlação bastante significativa, negativa e média entre os constructos. Assim, é possível referir que à medida que os níveis de conflito trabalho-família aumentam, a saúde mental decresce.

A associação obtida vai ao encontro da literatura, pelo que a investigação de Burke e Greenglass (1999 cit in Eby et al., 2005) defende que o conflito trabalho-família se encontra relacionado com o *distress* psicológico. Esta associação é igualmente corroborada pelo estudo empírico de Allen et al. (2000) que sugere que o conflito trabalho-família se encontra relacionado com o desenvolvimento de perturbações de ansiedade e de humor. Já o estudo de Kato e Yamazaki (2009) demonstram uma relação significativa entre o conflito trabalho-família e o desenvolvimento de quadros depressivos e fadiga. Estes resultados vão ainda ao encontro da investigação de Wang, Afifi, Cox e Sareen (2007), que demonstra uma associação significativa entre o conflito trabalho-família e as perturbações mentais na população ativa.

Já em relação à **hipótese 3<sub>b</sub>**, que propõe que níveis mais baixos de saúde mental se encontram relacionados com níveis mais altos de conflito família-trabalho, foi evidenciada uma correlação significativa negativa e pequena, existindo a propensão para indivíduos com níveis mais elevados de conflito família-trabalho reportarem uma menor saúde mental. Esta associação é corroborada pelo estudo empírico de Väänänen et al. (2004), que sugere que indivíduos que experienciam níveis mais elevados de conflito família-trabalho se encontram entre duas a quatro vezes mais predispostos a terem uma menor saúde mental do que os indivíduos que não o experienciam. Comprova também esta associação o estudo empírico de Bagger et al. (2008 cit in Oliveira et al., 2013), que demonstra uma correlação positiva entre o conflito família-trabalho e o *distress* psicológico, existindo assim uma tendência para o sofrimento psicológico aumentar à medida que o conflito família-trabalho também aumenta.

Sucintamente, são evidenciadas associações entre ambas as direções do conflito entre o trabalho e a família e a ocorrência de perturbações de ansiedade, humor e de dependência de substâncias (Frone, 2000), concluindo-se deste modo, que indivíduos que sentem que o seu

trabalho interfere com a sua vida familiar ou que a sua família interfere com a sua atividade profissional, tendem a reportar pior saúde mental (Oomens et al., 2007).

#### 4.1.3. Relação entre saúde mental, conflito trabalho-família, família-trabalho e variáveis sociodemográficas

Terminada a análise dos resultados obtidos nos dois primeiros grupos de hipóteses, torna-se fundamental compreender o impacto das direções do conflito entre o trabalho e a família conjuntamente com as variáveis sociodemográficas nos níveis de saúde mental.

Em relação à **hipótese 4<sub>a</sub>**, que aponta que o sexo conjuntamente com o conflito trabalho-família é preditor da saúde mental e à **hipótese 4<sub>b</sub>**, que por sua vez propõe que o sexo conjuntamente com o conflito família-trabalho é preditor da saúde mental, verificaram-se resultados significativos. Estes resultados apontam que as experiências do conflito trabalho-família e família-trabalho têm um impacto negativo na saúde mental, que por sua vez é agravado pelo facto de se pertencer ao sexo feminino, existindo portanto diferenças entre os géneros em ambas as hipóteses, sendo estes dados suportados pela investigação de Frone (2000) que aponta que a experiência do conflito trabalho-família desencadeia consequências mais graves ao nível da saúde mental de indivíduos do sexo feminino.

De modo semelhante, a investigação de Kinnunen et al. (2004) mostra que o conflito trabalho-família provoca efeitos mais severos na saúde mental de mulheres quando comparadas com a dos homens. Analogamente, Araújo, Pinho e Almeida (2005) sugerem que a prevalência de perturbações mentais é significativamente mais elevada no sexo feminino (20.0%) do que no masculino (12.5%), dentro dos quais se destacam os quadros depressivos, ansiógenos, de ajustamento, insónia, *stress*, anorexia nervosa ou outras perturbações de alimentação. Por sua ordem, o efeito do sexo feminino com o conflito família-trabalho demonstrado no presente estudo, é corroborado por diferentes investigações que sustentam que este fenómeno diminui substancialmente a saúde mental das mulheres (Väänänen et al., 2004). De modo semelhante, Chandola et al. (2004) demonstram a partir da sua investigação com indivíduos Ingleses, Finlandeses e Japoneses que o conflito família-trabalho desencadeia consequências significativamente mais severas na saúde mental das mulheres.

Os resultados obtidos na presente investigação vão ainda ao encontro da informação fornecida por um estudo empírico nacional que demonstrou que os homens reportam níveis de saúde mental superiores comparativamente às mulheres (Ferreira et al., 2012), e à pesquisa de Roberto e Almeida (2011) que revelou que o sexo corresponde a um fator sociodemográfico importante para a variação dos níveis de saúde mental, demonstrando que são as mulheres quem apresenta piores índices de saúde mental.

Esta diferença entre ambos os sexos pode ser explicada pelo facto do género corresponder a uma construção psicossocial que afeta inevitavelmente a saúde mental (Rabasquinho & Pereira, 2007). A educação tradicional em que as mulheres são socializadas a internalizar mais o *distress* psicológico do que os homens, é uma das muitas razões que

contribuí para a maior prevalência de perturbações do foro psiquiátrico e para a ideação suicida no sexo feminino (Rabasquinho & Pereira, 2007). Para além de tudo isto, as mulheres são ainda educadas no sentido de darem prioridade aos papéis familiares (maternais e domésticos), sendo que qualquer conflito ou tensão que afete o domínio familiar provoca efeitos significativamente mais adversos na sua saúde mental do que na dos homens (Frone, 2000). Assim sendo, contrariamente ao que acontece no sexo masculino, a maior inserção do género feminino no mercado de trabalho é limitativa, no sentido em que a atividade profissional da mulher têm de se adaptar às suas responsabilidades domésticas e familiares (Ludermir, 2000 cit in Araújo et al., 2005). Contudo, este duplo-trabalho por parte das mulheres nem sempre lhes é reconhecido, pois o trabalho doméstico ao ser uma atividade não-paga é percecionado como não-trabalho (Souza-Lobo, 1991 cit in Araújo et al., 2005) o que tende a provocar intenso sofrimento psicológico nas mulheres (Araújo et al., 2005), pois se as necessidades domésticas implicam a presença de um dos cônjuges no lar, é frequentemente a mulher quem opta por reduzir o número de horas de trabalho laboral ou por abandonar o emprego (Amaro, 2014). Neste sentido, pode-se constatar que a tradicional divisão do trabalho por género é um dos grandes responsáveis pela maior prevalência de perturbações afetivas e de humor no sexo feminino (Kohn, Dohrenwend & Mirotznik, 1998 cit in Grzywacz & Bass, 2003).

No que respeita às **hipóteses 5<sub>a</sub>** e **5<sub>b</sub>**, que propõem respetivamente que a variável habilitações literárias é conjuntamente com o conflito trabalho-família e família-trabalho preditora da saúde mental, os resultados não foram significativos. Apesar das duas direções do conflito entre o trabalho e a família deterem influência sobre a saúde mental, tal como já tinha sido evidenciado anteriormente, o mesmo não se verificou relativamente às habilitações literárias, que por sua vez não produziram resultados significativos na presente investigação. Estes resultados não vão encontro da literatura que indica que a saúde mental aumenta à medida que as habilitações literárias também crescem (Patel & Kleinman, 2003 cit in Alves & Rodrigues, 2010; Sironi, 2012). No entanto, os nossos resultados são suportados pela investigação de Araya et al. (2003 cit Alves & Rodrigues, 2010) que indica não existir uma associação entre as habilitações literárias e a saúde mental.

No que respeita às hipóteses que sugerem que o estado civil em conjunto com o conflito trabalho-família e família-trabalho prediz a saúde, observaram-se resultados significativos em ambas as hipóteses. Os resultados obtidos na **hipótese 6<sub>a</sub>**, permitem-nos prever que a saúde mental de indivíduos divorciados ou viúvos é inferior à de sujeitos casados ou em união de facto que tenham o mesmo nível de conflito trabalho-família, enquanto que a informação obtida a partir da **hipótese 6<sub>b</sub>** nos permite concluir que a saúde mental de indivíduos divorciados é inferior à de indivíduos casados ou em união de facto e que tenham o mesmo nível de conflito família-trabalho. Estes dados são corroborados pela literatura, que apontam que perder um cônjuge, quer por divórcio quer por viuvez, provoca consequências mais profundas ao nível da saúde mental (Strohschein et al., 2005). Os nossos resultados são ainda corroborados pela investigação de Simon (2002) que sugere que o divórcio acarreta

profundas consequências ao nível da saúde mental, levando à diminuição do bem-estar psicológico e ao desenvolvimento de sintomatologia depressiva, e pelo estudo empírico de Strohschein et al. (2005) que propõe que a entrada na viuvez implica um aumento significativo do *distress* psicológico. Importa ainda referir que os nossos resultados corroboram a literatura, no sentido indivíduos que pertencem ao estado civil casado ou união de facto que apresentam melhores índices de saúde mental (Williams et al., 2010).

De modo contrário às investigações anteriores, no que toca aos resultados obtidos nas hipóteses de que a variável filhos em conjunto com o conflito trabalho-família e família-trabalho respetivamente, é preditora de saúde mental (**hipóteses 7<sub>a</sub> e 7<sub>b</sub>**), os resultados obtidos não são significativos. Estes resultados não são corroborados pela literatura que aponta que a presença de dependentes em casa afeta os níveis de tensão psicológica dos indivíduos adultos (Gove & Geerken, 1977; Brough & O'Driscoll, 2005). Porém, baseando-nos no estudo empírico de Umberson e Gove (1989), que aponta que ter filhos pode conduzir simultaneamente a consequências positivas e/ou negativas para a saúde mental, ponderamos que estes resultados poderão estar relacionados com a idade dos indivíduos, com as suas condições de vida e com o seu *status* matrimonial, podendo também encontrarem-se relacionados com a dimensão do bem-estar psicológico avaliada.

Procurámos de modo exploratório compreender de que forma é que a saúde mental é explicada em função da remuneração em conjunto com o conflito trabalho-família (**hipótese 8<sub>a</sub>**), tendo sido verificados resultados significativos. Verificámos que a remuneração em conjunto com o conflito trabalho-família prediz a saúde mental, prevendo-se que indivíduos que tenham o mesmo nível de conflito trabalho-família e diferentes remunerações, apresentem distintos índices de saúde mental que variam mediante o valor da remuneração. Do nosso ponto de vista, estes resultados encontram-se relacionados com o facto de remunerações mais baixas poderem estar associadas com a presença de dificuldades económicas e com a não-satisfação das necessidades básicas do indivíduo e da sua família, o que leva o sujeito a sentir-se frustrado e desvalorizado por não conseguir responder às mesmas e por permitir que o trabalho interfira com o bem-estar da sua família. Importa acrescentar que os resultados vão ao encontro de um estudo empírico efetuado a nível nacional, que mostra que indivíduos que recebem remunerações mais baixas apresentam pior saúde mental (Ferreira et al., 2012).

Contudo, o mesmo não se verificou na **hipótese 8<sub>b</sub>**, que aponta que a remuneração conjuntamente com o conflito família-trabalho não exerce um contributo para explicação da saúde mental. Tal como a literatura e os principais resultados do nosso estudo indicam, o conflito família-trabalho afeta a saúde mental. Porém, quando associamos a remuneração a este constructo, a mesma não contribui para a explicação da saúde mental, o que consideramos estar relacionado com o facto dos indivíduos não extravasarem com tanta frequência para o domínio laboral tensões familiares. Esta menor permeabilidade das fronteiras da esfera laboral (Bellavia & Frone, 2005; Michel & Hargis, 2008) encontra-se relacionada com o estigma de que indivíduos que permitem a interferência de assuntos

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

familiares na vida profissional são trabalhadores negligentes, visão esta, compartilhada por indivíduos com diferentes remunerações.

No que toca às hipóteses  $9_a$  e  $9_b$  que sugerem que a satisfação relativamente à remuneração em conjunto com o conflito trabalho-família e família-trabalho é preditora da saúde mental, foram observados resultados significativos em ambas as hipóteses. Apesar de não terem sido encontrados estudos que demonstrassem resultados idênticos, é possível compreender os nossos resultados a partir da análise de estudos empíricos que revelam uma associação significativa entre a satisfação no trabalho e a saúde mental (O'Driscoll & Beehr, 2000 cit in Marqueze & Moreno, 2005). A satisfação com o trabalho corresponde a um fenómeno complexo e subjetivo (Martinez, Paraguay & Latarro, 2004 cit in Haikal et al., 2013), defendendo-se que o grau de satisfação pode afetar o bem-estar individual e a estabilidade psicológica do sujeito (Batista, Vieira, Cardoso & Carvalho, 2005 cit in Haikal et al., 2013). Um dos determinantes do grau de satisfação com o trabalho é a satisfação com a remuneração, sendo que de acordo com a literatura, é importante que o indivíduo se sinta recompensado pelo seu trabalho, caso contrário experimentará um desequilíbrio entre o esforço e a recompensa (Vegchel, Jonge, Bosma & Schaufeli, 2005 cit in Haikal et al., 2013).

## 4.2. Principais Conclusões

A presente investigação constitui um contributo científico para a compreensão do fenómeno do conflito entre o trabalho e a família, facultando uma visão abrangente sobre potenciais fatores de risco, dentro dos quais se destacam a perceção de *stress* económico, e os seus impactos ao nível da saúde mental. Este estudo procura ainda, compreender o contributo de variáveis sociodemográficas em conjunto com as duas direções do conflito entre o trabalho e a família nos níveis de saúde mental, remetendo para a necessidade de se explorar outras variáveis relacionadas com a área, que não foram avaliadas no presente estudo empírico e que poderão ter influência na saúde mental de um indivíduo.

A concretização deste trabalho possibilita-nos retirar diversas conclusões:

- Sujeitos que percecionam que o rendimento não permite satisfazer as principais necessidades da família reportam maiores taxas de conflito trabalho-família. Contudo, o mesmo não foi observado para o conflito família-trabalho;
- Não foram demonstrados resultados significativos no que remete para o conflito trabalho-família e família-trabalho perante diferentes graus de avaliação do decréscimo do rendimento;
- A saúde mental encontra-se associada ao conflito trabalho-família e família-trabalho, prevalecendo a tendência para a saúde mental decrescer à medida que o conflito trabalho-família e família-trabalho aumentam;
- Prevê-se que a saúde mental de indivíduos do sexo feminino seja inferior à de sujeitos do sexo masculino que reportem o mesmo nível de conflito trabalho-família e família-trabalho;
- Não foram encontrados resultados significativos no que remete para o conflito trabalho-família e família-trabalho perante diferentes habilitações literárias;
- Prevê-se em média que a saúde mental de sujeitos divorciados e viúvos seja inferior à de indivíduos casados ou em união de facto com o mesmo nível de conflito trabalho-família. Contudo, mantendo os mesmos níveis de conflito família-trabalho, espera-se que apenas a saúde mental de indivíduos divorciados seja em média inferior à de sujeitos casados ou em união de facto;
- Em relação à variável filhos conjuntamente com o conflito trabalho-família e família-trabalho, não se verificam diferenças significativas entre indivíduos que tenham e não tenham filhos e que reportem os mesmos níveis de conflito trabalho-família e família-trabalho;
- Considerando os mesmos níveis de conflito trabalho-família, prevê-se que renumerações mais altas se encontrem associadas a melhores níveis de saúde mental. Contudo, não se verifica o mesmo efeito para o conflito família-trabalho;

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

- Indivíduos insatisfeitos relativamente à sua remuneração apresentam em média uma saúde mental inferior à de indivíduos satisfeitos relativamente à mesma e que apresentam o mesmo valor de conflito trabalho-família e família-trabalho.

Relativamente às potencialidades da presente investigação, destacamos o facto da mesma constituir um contributo científico rigoroso por abordar uma problemática extremamente atual e cada vez mais presente na nossa sociedade. A dificuldade em conciliar diferentes papéis tem vindo aumentar ao longo dos anos, sendo que esta tendência tenderá a agravar-se com as condições económicas, financeiras e sociais. Este estudo pretendeu ainda avaliar os níveis de saúde mental dos indivíduos ao procurar compreender quais as variáveis que em conjunto com o conflito entre o trabalho e a família os influenciam, ressaltando a importância de se intervir sobre os resultados obtidos.

Uma segunda potencialidade que merece ser discutida recai sobre o protocolo de investigação administrado, que é constituído por instrumentos de avaliação devidamente adaptados e aferidos à população portuguesa. Salientamos ainda o facto do inventário de saúde mental utilizado, o MHI-5, subsistir num instrumento adequado para ser utilizado em estudos científicos sobre a saúde mental, cujo objetivo é o rastreio e não a realização de diagnósticos.

Um dos principais contributos da presente investigação assenta no facto de ter sido efetuada uma análise fatorial exploratória, da qual resultaram dois fatores, tendo-lhes sido atribuídas as designações conflito trabalho-família (CTF) e conflito família-trabalho (CFT). Estes fatores detêm boas características psicométricas, pelo que poderão ser empregues em estudos empíricos futuros.

Finalmente, importa acrescentar que a presente investigação possibilitou uma melhor e mais aprofundada compreensão do fenómeno do conflito entre o trabalho e a família na população ativa Portuguesa, identificando as suas principais consequências particularmente ao nível da saúde mental. Além de tudo isto, possibilitou a identificação de possíveis fatores de risco, enfatizando o impacto da perceção do *stress* económico no conflito trabalho-família e família-trabalho.

Porém, a presente investigação caracteriza-se não só por diferentes potencialidades, como também por algumas limitações que lhe estão inerentes. Primeiramente, consideramos de extrema importância destacar o facto de não termos encontrado literatura sobre o impacto de variáveis sociodemográficas conjuntamente com as duas direções do conflito entre o trabalho e a família na saúde mental, pelo que sentimos necessidade de discutir os resultados recorrendo de forma isolada, a estudos sobre a associação dos construtos do conflito entre o trabalho e a família e a saúde mental e a pesquisas sobre fatores de risco para a doença mental.

O facto de um vasto conjunto de protocolos de investigação nos terem sido entregues incompletos assenta numa outra limitação metodológica, pois com o objetivo de não perdermos dados relevantes para o estudo, sentimos a necessidade de trabalhar com

diferentes N nas várias hipóteses operacionalizadas. Importa frisar o esforço acrescido efetuado no esclarecimento do protocolo de investigação, explicando sempre aos participantes a importância de responderem a todas as questões, mesmo àquelas que consideravam idênticas.

Aquando projetámos a presente investigação, não operacionalizámos uma questão que incidisse sobre se os participantes já tinham recebido alguma vez tratamento psicológico, que atualmente consideramos ser pertinente devido ao número substancial de sintomas graves ao nível da saúde mental encontrados na amostra. Deste modo, sugerimos que futuras investigações contemplem uma questão sobre o tratamento psicológico, dado o *status* mental do país.

Outra limitação incide na forma como se avaliou a perceção de *stress* económico. A ausência de instrumentos de avaliação específicos para avaliar este constructo, levou-nos a adotar um método de avaliação semelhante a investigações prévias realizadas no contexto da mesma temática. Assim, o facto de avaliarmos a perceção de *stress* económico a partir exclusivamente da perceção do participante acerca de eventuais dificuldades económicas, pode ser insuficiente e questionável.

Por fim, uma última limitação metodológica recai sobre o N da amostra, que apesar de ser composto por 287 participantes, por questões de representatividade deveria ter atingido um número significativamente maior, sugerindo-se assim um aumento do número de participantes em futuros estudos empíricos. Importa referir que foi feito um esforço no sentido de atingir um N maior e equitativo em termos de variáveis sociodemográficas, o que nem sempre se revelou fácil, visto que muitos dos protocolos de investigação entregues não nos foram devolvidos, podendo assim esta dificuldade influenciar os resultados obtidos bem como a sua interpretação.

Refletindo sobre o que foi consignado na presente investigação, torna-se essencial incentivar o desenvolvimento de novas investigações que incidam sobre a relação entre as variáveis apresentadas e que procurem compreender de que forma é que as mesmas contribuem para os índices de saúde mental que caracterizam atualmente o nosso país. Assim, torna-se crucial sensibilizar os profissionais de saúde para esta temática, para que estes sejam capazes de identificar possíveis fatores de risco e de responder às necessidades dos trabalhadores.

No nosso ponto de vista, o facto do trabalho e da família corresponderem às duas esferas centrais da vida do indivíduo leva frequentemente à ideia de que os mesmos são capazes de conciliar e responder adequadamente às exigências de ambos os domínios, o que nem sempre se torna tarefa fácil e pode provocar diversas consequências ao nível da saúde mental e do bem-estar individual. Na verdade, a atual crise económica vivida a nível global, não sendo Portugal exceção, levou à instalação de metodologias de trabalho bastante exigentes, que muitas vezes, dificultam a conciliação entre as exigências dos dois domínios. É essencial edificarem-se investigações futuras que se concentrem na relação entre a perceção de *stress* económico e o conflito entre o trabalho e a família, pois apesar de se comprovar

## Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico: Impacto na saúde mental

que indivíduos economicamente *stressados* se encontram mais vulneráveis para experienciar conflitos entre os domínios do trabalho e da família, ainda existe um longo caminho a percorrer no estudo desta mesma relação.

Apesar da crescente investigação acerca do conflito entre o trabalho e a família e das suas implicações para a saúde mental, pouco tem sido feito no sentido de prevenir o fenómeno. Alias, a elevada taxa de prevalência de perturbações mentais (22.9%) que coloca Portugal no topo dos países europeus, corrobora esta ideia. No entanto, não entram para esta percentagem indivíduos que reportam problemas de saúde subliminares e que portanto não cumprem todos os critérios necessários para o diagnóstico de uma ou mais perturbações mentais, mas que tal como os primeiros, também se encontram em sofrimento. Deste modo, acreditamos que, apesar da prevalência de perturbações do foro psiquiátrico ser bastante elevada no nosso país, que estes valores ainda não são totalmente realistas, pois além de não se considerarem indivíduos que não cumpram os requisitos necessários para o diagnóstico, ainda prevalece um elevado estigma e desconhecimento face à saúde mental, o que faz com que muitos indivíduos nunca procurem tratamento ou o iniciem tardiamente. Acrescente-se ainda, que muitos outros indivíduos não têm sequer acesso a cuidados adaptados às suas necessidades devido à falta de capacidade dos serviços de psiquiatria para responderem às mesmas e à ausência de articulação com os serviços de saúde primários (DGS, 2013).

Importa assim alertar para a necessidade de se desenvolver políticas de saúde mental adequadas às necessidades da população ativa, e de se promover mais ações preventivas na área, estimulando a articulação entre diferentes níveis de serviços de saúde e disponibilizando tratamento ou acompanhamento psicológico precoce, de forma a diminuir o impacto desta problemática não só na saúde mental do indivíduo como também a aumentar a produtividade nacional, pois trabalhadores saudáveis garantem um melhor desempenho profissional.

## Referências Bibliográficas

- Aassve, A., Cottini, E. & Vitali, A. (2013). Youth prospects in a time of economic recession. *Demographic Research: a peer-reviewed, open-access journal of population sciences*, 29 (36), 949-962.
- Afifi, M. (2007). Gender differences in mental health. *Singapore Medical Journal*, 48 (5), 385-391.
- Ahmad, A. (2008). Direct and indirect effects of work-family conflict on job performance. *The Journal of International Management Studies*, 3 (2), 176-180.
- Allen, T.D., Herst, D.E.L., Bruck, C.S. & Sutton, M. (2000). Consequences associated with work-to-family conflict: a review and agenda for future research. *Journal of Occupational Health Psychology*, 5, 278-308.
- Alves, A.A.M. & Rodrigues, N.F.R. (2010). *Determinantes sociais e económicos da saúde mental*. *Revista Portuguesa de Saúde Pública*, 28 (2), 127-131.
- Amaro, F. (2014). *Sociologia da família*. Lisboa: Pactor.
- Andrade, C. (2010). “Juggling act”: questões relativas às relações trabalho-família no contexto atual. *Exdra*, 3, 135-148.
- Andrade, M.C.P. (2011). Work-life balance: condições de trabalho facilitadoras da integração do papel profissional e familiar. *Exdra, número especial*, 41-53.
- Annink, A., Gorgievski, M., Dekker, F. & Dulk, L. (2014). Well-being and buffering factors among the European self-employed in times of financial hardship. *Work and family researchers network*. Consultado em: <https://workfamily.sas.upenn.edu/wfrn-repo/object/w77n01om80io1x8a> a 25 de julho de 2014.
- Araújo, T.M., Pinho, P.S & Almeida, M.M.G (2005). Prevalência de transtornos mentais comuns em mulheres e sua relação com as características sociodemográficas e o trabalho doméstico. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*, 5 (3), 337-348.
- Artazcoz, L., Cortès, I., Borrell, C., Escribà-Agüir, V. & Cascant, L. (2007). Gender perspective in the analysis of the relationship between long workhours, health and health-related behavior. *Scandinavian Journal of Work, Environment & Health*, 33 (5), 344-350.
- Baek, E. & DeVaney, S. A. (2010). How do families manage their economic hardship?. *Family Relations*, 59, 358-3668.
- Barry, M. & Jenkins, R. (2007), *Implementing mental health promotion*. Philadelphia: Elsevier.
- Bellavia, G.M. & Frone, M.R. (2005). Work-family conflict. In J. Barling, Kelloway, E.K. & M.R. Frone (Eds.), *Handbook of work stress*. (pp. 113-149). Londres: Sage Publications.
- Bianchi, S.M. & Milkie, M.A. (2010). Work and family research in the first decade of the 21<sup>st</sup> century. *Journal of marriage and family*, 72, 705-725.
- Boyar, S.L. & Mosley, D.C. (2007). The relationship between core self-evaluations and work and family satisfaction: the mediating role of work-family conflict and facilitation. *Journal of Vocational Behavior*, 71 (2), 265-281.

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

Braithwaite, S. R., Delevi, R. & Fincham, F.D (2010). Romantic relationships and the physical and mental health of college students. *Personal relationships*, 17, 1-12.

Brough, P. & O'Driscoll, M. (2005). Work-family conflict and stress. In A.G. Antoniou & C.L. Cooper (Eds.), *Research Companion to Organizational Health Psychology* (pp.346-383). Cheltenham: Edgar Elgar.

Butterworth, P. Rodgers, B. & Windsor, T.M. (2009). Financial hardship, socioeconomic position and depression: results from the PATH through life survey. *Social Science & Medicine*, 69 (2), 229-237.

Blanch, A. & Aluja, A. (2009). Work, family and personality: a study of work-family conflict. *Personality and individual differences*, 46, 520-524.

Bruck, C. & Allen, T. (2003). The relationship between big five personality traits, negative affectivity, type A behaviour, and work-family conflict. *Journal of vocational behavior*, 63, 457-472.

Byron, K. (2005). A meta-analytic review of work-family conflict and its antecedents. *Journal of Vocational Behavior*, 67, 169-198.

Cairns, D., Alves, K.G. & Alves, N.A. (2014). Another 'missing middle'? the marginalised majority of tertiary-educated youth in Portugal during the economic crisis. *Journal of Youth Studies*. Retirado a 12 de julho de 2014 <http://dx.doi.org/10.1080/13676261.2013.878789>

Carlson, D.L. (2012). Deviations from desired age at marriage: mental health differences across marital status. *Journal of marriage and family*, 74, 743-758.

Chandola, T., Martikainen, P., Bartley, M., Lahelma, E., Marmot, M., Michikazu, S., Nasermoaddeli, A. & Kagamimori, S. (2004). Does conflict between home and work explain the effect of multiple roles on mental health? a comparative study of Finland, Japan, and the UK. *International journal of epidemiology*, 33 (4) 884-893.

Coelho, L.V.M (2012). Competência emocional em professores - contributos da psicoeducação. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, 8, 16-24.

Colombo, L. & Ghislieri, C. (2008). The work-to-family conflict: theories and measures. *TPM*, 15 (1), 35-55.

Demerouti, E., Peeters, M.C.W. & Heijden, B.I.J.M. (2012). Work-family interface from a life and career stage perspective: the role of demands and resources. *International Journal of Psychology*, 47 (4), 241-258.

Direcção-Geral de Saúde (2013). Portugal: saúde mental em números-2013. Lisboa: Ministério da saúde.

Dugan, A.G., Russel, A. M. & Barnes-Farrell, J.L. (2012). Understanding the roles of subjective and objective aspects of time in the work-family interface. *Community, Work & Family*, 15 (2), 149-172.

Eby, L., Casper, W, Lockwood, A., Bordeaux, C. & Brinley, A. (2005). Work and family research in IO/OB: content analysis and review of the literature (1980-2002). *Journal of Vocational Behavior*, 66, 124-197.

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

Economou, M., Madianos, M. Peppou, L. E., Patelakis, A. & Stefanis, C.N. (2013). Major depression in the era of economic crisis: a replication of a cross-sectional study across Greece. *Journal of Affective Disorders*, 145 (3), 308-314.

Edwards, J. R. & Rothbard, N.P (2000). Mechanisms linking work and family: clarifying the relationship between work and family constructs. *Academy of management review*, 25 (1), 178-199.

Edwards, M.E. (2001). Uncertainty and the rise of the work-family dilemma. *Journal of Marriage and Family*, 63, 183-196.

Evenson, R.J. & Simon, R.W. (2005). Clarifying the relationship between parenthood and depression. *Journal of Health and Social Behavior*, 46, 341-358.

Ferguson, M., Carlson, D., Hunter, E. & Whitten, D. (2012). A two-study examination of work-family conflict, production deviance and gender. *Journal of vocational behavior*, 81, 245-258.

Ferreira, P.L., Ferreira, L.N. & Pereira, L.N. (2012). Medidas sumário física e mental de estado de saúde para a população portuguesa. *Revista Portuguesa de Saúde*, 30 (2), 163-171.

Ford, M.T. (2011). Linking household income and work-family conflict: a moderate mediation study. *Stress and Health*, 27, 144-162.

Fox, J. & Bartholomae, S. (2000). Economic stress and families. In P. McKenry & S. Price (Eds.), *Families and change: coping with stressful events and transitions* (2ª Ed.) (pp. 250-278). California: Sage Publications.

Frone, M.R., Russel, M. & Cooper, M. L. (1992). Antecedents and outcomes of work-family conflict: testing a model of the work-family interface. *Journal of Applied Psychology*, 77 (1), 65-78.

Frone, M. R., Yardley, J. & Markel, K. (1997). Developing and testing an integrative model of the work-family interface. *Journal of vocational behaviour*, 50, 145-167.

Frone, M.R. (2000). Work-family conflict and employee psychiatric disorders: the national comorbidity survey. *Journal of Applied Psychology*, 85, 6, 888-895.

Goldsmith, E. (2007). Stress, fatigue, and social support in the work and family context. *Journal of loss and trauma: international perspectives on stress & coping*, 12 (2), 155-169.

Gove, W. & Geerken, M.R. (1977). The effect of children and employment on the mental health of married men and women. *Social Forces*, 56 (1), 66-76.

Greenhaus, J. & Beutell, N. (1985). Sources of conflict between work and family roles. *Academy of Management Review*, 10 (1), 76-88.

Greenhaus, J.H. & Powell, G.N. (2006). When work and family are allies: a theory of work-family enrichment. *Academy of management review*, 31 (1), 72-92.

Greenhaus, J.H. (2008). Innovations in the study of the work-family interface: introduction to the special section. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 81, 343-348.

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

Grzywacz, J.G. & Marks, N.F. (2000). Reconceptualizing the work-family interface: an ecological perspective on the correlates of positive and negative spillover between work and family. *Journal of occupational health psychology*, 5 (1), 111-126.

Grzywacz, J.G., Almeida, D.M. & McDonald, D.A. (2002). Work-family spillover and daily reports of work and family stress in the adult labor force. *Family relations*, 51 (1), 28-36.

Grzywacz, J.G. & Bessa, B.L. (2003). Work, family and mental health: testing different models of work-family fit. *Journal of marriage and family*, 65 (1), 248-261.

Guimarães, M.G.V. & Petean, E.B.L (2012). Carreira e família: divisão de tarefas domiciliárias na vida de professoras universitárias. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 13 (1), 103-110

Haikal, D.S., Santa-Rosa, T.T.A., Oliveira, P.E.A., Sales, L.O.S., Pereira, A.C.A., Macedo, C.C.S., Ferreira, R.C., Martins, A.M.E.B.L., Ferreira, E.F. (2013). Qualidade de vida, satisfação e esforço/recompensa no trabalho, transtornos psíquicos e níveis de actividade física entre trabalhadores da atenção primária à saúde. *Revista de Associação Portuguesa de Sociologia*, 16 (3), 301-312.

Hair, J.F. JR., Blarck, W.C., Babin, B.J. & Anderson, R.E. (2010). *Multivariate data analysis* (7ª Ed.). New Jersey: Pearson Prentice Hall.

Heloani, J. R. & Capitão, C. G. (2003). Saúde mental e psicologia do trabalho. *São Paulo em Perspetiva*, 17 (2), 102-108.

Hill, E.J., Yang, C., Hawkins, A.J. & Ferris, M. (2004). A cross-cultural test of the work-family interface in 48 countries. *Journal of marriage and family*, 66 (5), 1300-1316.

Hill, E. (2005). Work-family facilitation and conflict, working fathers and mothers, work-family stressors and support. *Journal of Family Issues*, 26 (6), 793-819.

INE (2011). Censos 2011 Resultados definitivos-Portugal. Lisboa: Instituto Nacional de Estatística.

INE (2012). Inquérito à situação financeira das famílias. [http://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine\\_destaques&DESTAQUESdest\\_boui=140152572&DESTAQUESmodo=2](http://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_destaques&DESTAQUESdest_boui=140152572&DESTAQUESmodo=2) a 13 de julho de 2014.

INE (2014a). Rendimento e condições de vida. Consultado em [http://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine\\_destaques&DESTAQUESdest\\_boui=208819520&DESTAQUESmodo=2](http://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_destaques&DESTAQUESdest_boui=208819520&DESTAQUESmodo=2): a 13 de julho de 2014.

INE (2014b). A taxa de desemprego estimada para o 2º semestre de 2014. Consultado em [http://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine\\_destaques&DESTAQUESdest\\_boui=211340637&DESTAQUESmodo=2](http://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_destaques&DESTAQUESdest_boui=211340637&DESTAQUESmodo=2) a 25 de julho de 2014.

Kato, M. & Yamazaki, Y. (2009). An examination of factors related to work-to-family conflict among employed men and women in Japan. *Journal of Occupational Health*, 51, 303-313.

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

Kinnunen, U., Geurts, S. & Mauno (2004). Work-to-family conflict and its relationship with satisfaction and well-being: a one-year longitudinal study on gender differences. *Work & Stress: an international journal of work, health & organisations*, 18 (1), 1-22.

Lewis, S. (1996) Rethinking employment: an organizational culture change framework. In S.Lewis & J. Lewis (Eds.), *The work-family challenge: rethinking employment* (pp. 1-19). London: Sage Publications.

Macedo, E.F.D.C. (2013). *Qualidade de vida e doença mental*. Tese de Doutoramento em Psicologia. Departamento de Educação-Universidade de Aveiro, Portugal.

Maeno, M. & Paparelli, R. (2013). O trabalho como ele é e a saúde mental do trabalhador. In M. A. Silveira, L. I. Sznelwar, L. S. Kikuchi & M. Maeno, *Inovação para desenvolvimento de organizações sustentáveis: trabalho, fatores psicossociais e ambiente saudável* (Org.) (pp. 147-167).

Major, D.A. & Germano, L.M (2006). The changing nature of work and its impact on the work-home interface. In F. Jones, R.J, Burke, & M.Westman (Eds.), *Work-life balance: a psychological perspective* (pp.13-38). East Sussex: Taylor & Francis.

Maroco, J. (2003). *Análise estatística com utilização do SPSS*. Lisboa: Edições Sílabo.

Marôco, J. (2010). *Análise estatística com o PAW Statistics (ex-SPSS)*. Pero Pinheiro: ReportNumber.

Marotti, J., Galhardo, A.P.M., Furuyama, R.J., Pigozzo, M.N., Campos, T.N. & Laganá, D.C. (2008). Amostragem em pesquisa clínica: tamanho da amostra. *Revista de Odontologia da Universidade Cidade de São Paulo*, 20 (2), 186-194.

Marques, S.C., Pais-Ribeiro, J.L. & Lopez, S.J. (2011). Use of the “mental health inventory-5” with Portuguese 10-15 years old. *The Spanish Journal of Psychology*, 14 (1), 478-485.

Marqueze, E.C. & Moreno, C.R.C (2005). Satisfação no trabalho-uma breve revisão. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, 30 (112),69-79.

Martinez, M.C. & Paraguay, A.I.B.B (2003). Satisfação e saúde no trabalho - aspetos conceituais e metodológicos. *Cadernos de Psicologia Social do trabalho*, 6, 59-78.

Martins, M.C.A. (2004). Fatores de risco psicossociais para a saúde. *Educação, Ciência e Tecnologia*, 29, 255-268.

Matias, M., Fontaine, A.M., Simão, C., Oliveira, E.& Mendonça, M. (2010). A conciliação trabalho-família em casais de duplo-emprego. *Atas do VII Simpósio Nacional de Investigação em Psicologia*, Universidade do Minho, Portugal, 4-6 de fevereiro de 2010. pp. 963-977.

Matias, M., Silva, A. & Fontaine, A.M. (2011). Conciliação de papéis parentalidade: efeitos do género e estatuto parental. *Exdra*, 5, 57-76.

Matias, M., Andrade, C. & Fontaine, A.M. (2012). The interplay of gender, work and family in Portuguese families. *Work, Organization, Labour and Globalization*, 6 (1),11-26.

Matias, M. & Fontaine, A. (2012). A conciliação de papéis profissionais e familiares: o mecanismo psicológico de spillover. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 28 (2), 235-243.

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

Mayo, M., Pastor, J., Cooper, C. & Sanz-Vergel, A. (2011). Achieving work-family balance among Spanish managers and their spouses: a demands-control perspective. *The International Journal of Human Resource Management*, 22 (2), 331-350.

Michel, J.S. & Hargis, M.B. (2008). Linking mechanisms of work-family conflict and segmentation. *Journal of Vocational Behavior*, 73 (3), 509-522.

Michel, J.S., Kotrba, L.M., Mitchelson, J.K., Clark, M.A. & Baltes, B.B (2011). Antecedents of work-family conflict: a meta-analytic review. *Journal of Organizational Behavior*, 32, 689-725.

Mihelič, K.K. & Tekavčič, M. (2014). Work-family conflict: a review of antecedents and outcomes. *International journal of management & information systems*, 18 (1), 15-26.

Montgomery, A.J., Panagopolou, E. & Benos, A. (2006). Work-family interference as a mediator between job demands and job burnout among doctors. *Stress and Health*, 22, 203-212.

Noor, N. (2004). Work-family conflict, work-and family- role salience, and women's well-being. *The journal of social psychology*, 144 (4), 389-405.

Nunan, C. & Peixoto, J. (2012). Crise económica e retorno dos imigrantes brasileiros em Portugal. *Revista Interdisciplinar da Mobilidade Humana*, 38, 233-250.

Núncio, M.J.S. (2008). *Mulheres em dupla jornada: a conciliação entre o trabalho e a família*. Lisboa: Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas.

O'Connor, M. A. (2005). Corporate social responsibility for work/family balance. *St. John's Law Review*, 79, 1193-1220.

Oliveira, L., Cavazotte, F. & Paciello, R. (2013). Antecedentes e Consequências dos conflitos entre trabalho e família. *Revista de Administração Contemporânea*, 17 (4), 418-437.

Oomens, S., Geurts, S. & Scheepers, P. (2007). Combining work and family in the Netherlands: blessing or burden for one's mental health?. *International Journal of Law and Psychiatry*, 30, 369-384.

Pinto, V.S.A. (2012). Interferência trabalho-família (ITF) e facilitação trabalho-família (FTF): estudo de invariância da medida entre géneros. Dissertação de mestrado em Psicologia das Organizações e do Trabalho. Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação - Universidade de Coimbra, Portugal.

Pereira, A.M., Queirós, C., Gonçalves, S., Carlotto, M. & Borges, E. (2014). Burnout e interação trabalho-família em enfermeiros: estudo exploratório com o survey work-home interaction Nijmegen (SWING). *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, 11, 24-30.

Pestana, M.H. & Gageiro, J.N. (2005a). *Análise de dados para ciências sociais: a complementaridade do SPSS*. Lisboa: Edições Sílabo.

Pestana, M.H. & Gageiro, J.N. (2005b). *Descobrimo a regressão: com a complementaridade do SPSS*. Lisboa: Edições Sílabo.

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

Premeaux, S., Adkins, C. & Mossholder, K. (2007). Balancing work and family: a field of multidimensional, multirrole work-family conflict. *Journal of Organizational Behavior*, 28, 705-727.

Prince, M., Patel, V., Saxeno, S., Maj, M., Maseko, J. Phillips, M.R. & Rahman, A. (2007). No health without mental health. *Lancet*, 370, 859-877.

Rabasquinho, C. & Pereira, H. (2007). Género e saúde mental: uma abordagem epidemiológica. *Análise Psicológica*, 3 (XXV), 439-454.

Rantanen, J., Kinnunen, U., Feldt, T. & Pulkkinen, L. (2008). Work-family conflict and psychological well-being: stability and cross-lagged relations within one-and six-year follow-ups. *Journal of Vocational Behavior*, 73, 37-51.

Rashid, W., Nordin, M., Omar, A. & Ismail, I. (2012). Work/family conflict: the link between self-esteem and satisfaction outcomes. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 65, 564-569.

Ribeiro, J.L.P. (1999). *Investigação e avaliação em psicologia e saúde* (2ª Ed.). Lisboa: Placebo.

Ribeiro, J.L.P. (2007). *Avaliação em psicologia da saúde: instrumentos publicados em português*. Coimbra: Quarteto.

Ribeiro, J.L.P. (2011). *Inventário de saúde mental*. Lisboa: Placebo

Roberto, A. & Almeida, A. (2011). A saúde mental de estudantes de medicina: estudo exploratório da Universidade da Beira Interior. *Ata Médica Portuguesa*, 24 (S2), 279-286.

Rothbard, N.P., Phillips, K.W. & Dumas, T. L. (2005). Managing Multiple roles: work-family policies and individual's desires for segmentation. *Organization Science*, 16 (3), 243-258.

Sampaio, D. & Gameiro, J. (1985). *Terapia Familiar*. Porto: Edições Afrontamento.

Schieman, S., Milkie, M. & Glavin, P. (2009). When work interferes with life: work-nonwork interference and the influence of work-related demands and resources. *American Sociological Review*, 74, 966-988.

Schieman, S. & Young, M. (2011). Economic hardship and family-to-work conflict: the importance of gender and work conditions. *Journal of Family and Economic Issues*, 32 (1), 46-61.

Shoss, M. & Probst, T. (2012). Multilevel outcomes of economic stress: an agenda for future research. In P. L. Perrewé, J. R. B. Halbesleben & C. C. Rosen (Eds.), *The role of the economic crisis on occupational stress and well being* (pp. 43-86). Wagon Lane: Emerald.

Silva, E. S. (1992). A inter-relação trabalho-saúde mental: um estudo de caso. *Revista de Administração*, 32 (4), 70-90.

Simon, R.W. (2002). Revisiting the relationships among gender, marital status, and mental health. *American Journal of Sociology*, 107 (4), 1065-1096.

Sinclair, R., Probst, T., Hammer, L. B. & Schaffer, M. M. (2013). Low income families and occupational health: implications of economic stress for work-family conflict research and practice. In A. Stamatios, G. Antoniou & C. L. Cooper (Eds.), *The Psychology of recession on the workplace* (pp. 308-324).

Conflito entre os domínios laboral e familiar em tempos de *stress* económico:  
Impacto na saúde mental

Sironi, M. (2012). Education and mental health in Europe. *International Journal of mental health*, 41 (3), 79-105.

Strohschein, L., McDonough, P., Monette, G. & Shao, Q. (2005). Marital transitions and mental health: are the gender differences in the short-term effects of marital status change? *Social Science & Medicine*, 61, 2293-2303.

Umberson, D. & Gove, W. (1989). Parenthood and Psychological Well-being. *Journal of family issues*, 10 (4), 440-462.

Väänänen, A., Kevin, M.V., Ala-Mursula, L., Pentti, J., Kivimäki, M. & Vahtera, J. (2004). The double burden of and negative spillover between paid and domestic work: associations with health among men and women. *Women & Health*, 40 (3), 1-18.

Voydanoff, P. (2002). Linkages between the work-family interface and work, family, and individual outcomes. *Journal of family issues*, 23 (1), 138-164.

Voydanoff, P. (2004). The effects of work demands and resources on work-to-family conflict and facilitation. *Journal of Marriage and Family*, 66, 398-412.

Wang, J., Afifi, T.O., Cox, B. & Sareen, J. (2007). Work-family conflict and mental disorders in the United States: cross-sectional findings from the national comorbidity survey. *American Journal of Industrial Medicine*, 50, 143-149.

Wang, J., Smailes, E., Sareen, J., Schmitz, N., Fick, G. & Patten, S. (2012). Three job-related stress models and depression: a population-based study. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 47, 185-193.

Wayne, J., Musisca, N. & Fleeson, W. (2004). Considering the role of personality in the work-family experience: Relationships of the big five to work-family conflict and facilitation. *Journal of Vocational Behavior*, 64, 108-130.

Williams, J. C. & Boushey, H. (2010). The three faces of work-family conflict: the poor, the professionals, and the missing middle. *Center for American Progress*. Consultado em: <http://www.americanprogress.org/issues/labor/report/2010/01/25/7194/the-three-faces-of-work-family-conflict/> a 11 de julho de 2014.

Williams, K., Frech, A. & Carlson, D.L. (2010). Marital status and mental health. In T.L. Scheid & T.L. Brown (Eds.). *A Handbook for the study of mental health: social contexts, theories and systems* (2ª Ed.) (pp. 306-320). New York: Cambridge University Press.

Winslow, S. (2005). Work-family conflict, gender, and parenthood, 1977-1997. *Journal of Family Issues*, 26 (6), 727-755.

**Anexos**

# Anexo I | I

Protocolo de Investigação



UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR  
Faculdade de Ciências Sociais e Humanas  
Departamento de Psicologia e Educação

Covilhã, janeiro de 2014

Exmo./a. Senhor(a),

Dirigimo-nos a V. Exa. na qualidade de alunas de Mestrado em Psicologia da Universidade da Beira Interior.

No âmbito da investigação que estamos a desenvolver, sob a orientação da Prof. Doutora Ana Cunha e da Prof. Doutora Marta Pereira Alves, propomo-nos estudar a temática **da Conciliação entre Trabalho e Família/Vida Pessoal e a sua relação com áreas importantes da vida profissional e da vida pessoal/familiar das pessoas.**

Para levar a cabo esta investigação foi desenvolvido um instrumento de avaliação (questionário) com o objetivo de ser aplicado a um número mínimo de 150 pessoas que tenham o mesmo emprego há pelo menos 3 meses.

Às pessoas participantes nesta investigação fica garantido **o direito ao anonimato e à confidencialidade dos dados.**

Gostaríamos de poder contar com a sua colaboração para este estudo. Neste sentido, e para uma melhor apreciação da investigação e da colaboração solicitada, teremos todo o gosto em explicar, de forma mais detalhada, este projeto.

Desde já gratas pela atenção dispensada, apresentamos os melhores cumprimentos

**CONTACTOS DA EQUIPA DE INVESTIGAÇÃO:**

**Orientadoras: Marta Alves -mpalves@ubi.pt / Ana Cunha – acunha@ubi.pt**

**Alunas:**

**Joana Almeida – joanalmeida\_psi@hotmail.com**

**Lucila Abreu - lucila.p.abreu@gmail.com**

**Soraia Guardado – soraia\_guardado@hotmail.com**

---

O presente questionário destina-se exclusivamente a fins de investigação. Todas as respostas que lhe solicitamos são rigorosamente anónimas e nenhuma informação disponibilizada será tratada individualmente.

Leia com atenção as instruções que lhe são dadas, certificando-se de que compreendeu corretamente o modo como deverá responder. Note que as instruções no topo de cada página não são sempre iguais.

Responda sempre de acordo com aquilo que faz, sente ou pensa, pois não existem respostas corretas ou incorretas, nem boas ou más respostas.

Por favor, certifique-se de que tudo é preenchido.

**Muito obrigado pela sua colaboração!**

---

**1.1.** Em que medida vivenciou cada uma das situações seguintes **nos últimos três meses?** Por favor responda, usando a seguinte escala:

1.	2.	3.	4.
Raras vezes	Algumas vezes	Muitas vezes	A maior parte das vezes

**Nota:** Para os propósitos do presente instrumento, o conceito de **responsabilidades pessoais** refere-se a tarefas como: fazer bricolage, tomar conta de outras pessoas, manter o contacto com amigos/familiares, tarefas de casa e vida pessoal.

1. Cheguei a casa do trabalho demasiado cansado para fazer algumas das coisas pessoais/em família que queria fazer.	1	2	3	4
2. Por causa do meu trabalho, não tive energia para realizar atividades com a minha família ou com outras pessoas importantes na minha vida.	1	2	3	4
3. Estava preocupado com o meu trabalho e não conseguia relaxar, enquanto estava em casa.	1	2	3	4
4. O meu trabalho dificultou a manutenção do tipo de relacionamento, que eu gostaria, com a minha família.	1	2	3	4
5. A quantidade de tempo que o meu trabalho requer tem tornado difícil o cumprimento das minhas responsabilidades pessoais.	1	2	3	4
6. O meu horário de trabalho torna difícil o cumprimento das minhas responsabilidades pessoais.	1	2	3	4
7. Por causa do meu trabalho, não tive tempo suficiente para participar em atividades de lazer que acho relaxantes e agradáveis.	1	2	3	4
8. O meu trabalho fez-me comportar de formas que são inadequadas em casa.	1	2	3	4
9. Os comportamentos que foram eficazes e necessários para mim no trabalho foram contraproducentes em casa.	1	2	3	4
10. Estava muito cansado para poder ser eficaz no trabalho por causa de tarefas caseiras.	1	2	3	4
11. A minha família ou vida pessoal consome a energia que eu precisava para fazer o meu trabalho.	1	2	3	4
12. Estava preocupado com as minhas responsabilidades pessoais enquanto estava no trabalho.	1	2	3	4
13. As minhas responsabilidades pessoais tornaram difícil lidar com o meu supervisor e colegas da forma que eu gostaria.	1	2	3	4
14. A quantidade de tempo que as minhas responsabilidades pessoais ocupam fez-me trabalhar menos do que queria.	1	2	3	4
15. As exigências da calendarização relativa às minhas responsabilidades pessoais dificultaram o cumprimento dos prazos no meu trabalho.	1	2	3	4
16. As minhas responsabilidades pessoais fizeram-me comportar de modo inadequado no trabalho.	1	2	3	4
17. Comportamentos que foram eficazes e necessários, para mim, em casa, revelaram-se contraproducentes no trabalho.	1	2	3	4
18. O meu trabalho deu-me energia para fazer atividades com a minha família ou com outras pessoas importantes para mim.	1	2	3	4
19. Por causa do meu trabalho estava mais bem-disposto em casa.	1	2	3	4
20. Ter um bom dia no trabalho tornava-me um melhor companheiro em casa.	1	2	3	4
21. O meu horário de trabalho era suficientemente flexível para me permitir cuidar das minhas responsabilidades pessoais.	1	2	3	4
22. O meu trabalho proporcionou-me tempo suficiente para atender às minhas responsabilidades pessoais.	1	2	3	4
23. As formas de resolução de problemas que uso no trabalho foram eficazes na resolução de problemas em casa.	1	2	3	4
24. As competências que usei no trabalho ajudaram-me a lidar com questões pessoais e de carácter prático em casa.	1	2	3	4
25. Falar com alguém no trabalho ajudou-me a lidar com problemas em casa.	1	2	3	4
26. Os meus colegas deram-me apoio que me ajudou a enfrentar dificuldades em casa.	1	2	3	4
27. A minha família ou vida pessoal deu-me energia para fazer o meu trabalho.	1	2	3	4
28. Estava mais bem-disposto no trabalho por causa da minha família ou vida pessoal.	1	2	3	4
29. A minha vida em casa ajudou-me a relaxar e a sentir-me pronto para o próximo dia de trabalho.	1	2	3	4
30. As exigências da minha calendarização de responsabilidades familiares e/ou de vida pessoal eram suficientemente flexíveis para me permitirem fazer o meu trabalho.	1	2	3	4
31. As minhas responsabilidades familiares e/ou de vida pessoal deixam-me com tempo suficiente para fazer o meu trabalho.	1	2	3	4
32. As formas de resolução de problemas que usei em casa foram eficazes na resolução de problemas no trabalho.	1	2	3	4
33. As competências que usei em casa ajudaram-me a lidar com questões pessoais e de ordem prática no trabalho.	1	2	3	4
34. Falar com alguém em casa ajudou-me a lidar com problemas no trabalho.	1	2	3	4
35. A minha família e os meus amigos deram-me apoio que me ajudou a enfrentar dificuldades no trabalho.	1	2	3	4

**1.2.1.** Quando o seu trabalho e a sua vida pessoal interferem um com o outro, de que forma cada um dos seguintes aspetos do **seu desempenho no trabalho é afetado**? Por favor responda, usando a seguinte escala:

	0.	1.	2.	3.	4.
	Não se aplica a mim	Efeito negativo mínimo	Efeito negativo moderado	Efeito negativo severo	Efeito negativo muito severo
1. Capacidade de concentração	0	1	2	3	4
2. Qualidade do desempenho	0	1	2	3	4
3. Quantidade de trabalho que é feito	0	1	2	3	4
4. Vontade de estar com o meu superior hierárquico	0	1	2	3	4
5. Chegar a horas trabalho ao trabalho	0	1	2	3	4
6. Vir para o todos os dias	0	1	2	3	4
7. Criatividade	0	1	2	3	4
8. Vontade de “fazer o último esforço”/”dar o litro”	0	1	2	3	4
9. Eficiência	0	1	2	3	4
10. Vontade de agarrar o trabalho	0	1	2	3	4
11. Relacionamento com colegas	0	1	2	3	4
12. Relacionamento com superiores hierárquicos	0	1	2	3	4
13. Tirar proveito das oportunidades de desenvolvimento profissional ou de formação	0	1	2	3	4
14. Estabelecer contactos e <i>networking</i>	0	1	2	3	4
15. Serviço a clientes	0	1	2	3	4
16. A qualidade da minha supervisão de outros	0	1	2	3	4
17. A qualidade das minhas aulas	0	1	2	3	4
18. A qualidade da minha investigação	0	1	2	3	4
19. Gerar sugestões de melhoria	0	1	2	3	4

**1.2.2.** Quando o seu trabalho e a sua vida pessoal interferem um com o outro, de que forma **cada um dos seguintes aspetos da sua vida pessoal é afetado**? Por favor responda, usando a seguinte escala:

	0.	1.	2.	3.	4.
	Não se aplica a mim	Efeito negativo mínimo	Efeito negativo moderado	Efeito negativo severo	Efeito negativo muito severo
1. Dormir o suficiente	0	1	2	3	4
2. Sentir-me calmo e relaxado	0	1	2	3	4
3. Cuidar da minha condição física	0	1	2	3	4
4. Ir ao dentista, médico, etc.	0	1	2	3	4
5. Estar com o/a cônjuge ou parceiro(a)	0	1	2	3	4
6. Desejo de manter o meu casamento ou relacionamento íntimo	0	1	2	3	4
7. Estar com os amigos	0	1	2	3	4
8. Dar-se bem com crianças/filhos	0	1	2	3	4
9. Fazer bricolage/ fazer tarefas caseiras	0	1	2	3	4
10. Atividades de lazer com o/a cônjuge ou parceiro(a)	0	1	2	3	4
11. Atividades de lazer com os amigos	0	1	2	3	4
12. Atividades de lazer com os seus filhos	0	1	2	3	4
13. Atividades de lazer com familiares	0	1	2	3	4
14. Participar em atividades voluntárias e/ou comunitárias	0	1	2	3	4

15. Participar em atividades religiosas	0	1	2	3	4
16. Atividades de tempos livres (por exemplo, ler, tocar um instrumento, fazer desporto, jogar, dançar, etc.)	0	1	2	3	4
17. Relaxar/ Desfrutar de tempo de lazer	0	1	2	3	4
18. Desenvolver a minha mente através da leitura, atividades culturais, etc.	0	1	2	3	4

**1.3.** Para cada uma das 10 seguintes afirmações, por favor, selecione com um círculo, a alternativa que melhor caracteriza os últimos três meses.

<p><b>1. Nos últimos três meses, o meu trabalho interferiu com a minha vida pessoal:</b></p> <p>a. Muito menos do que o normal para mim  b. Menos do que o normal para mim  c. Mais ou menos o mesmo do que é normal para mim  d. Mais do que é normal para mim  e. Muito mais do que é normal para mim</p>	<p><b>6. Nos últimos três meses, sacrifiquei o meu trabalho em função de um objetivo ou comprometimento pessoal:</b></p> <p>a. Raras vezes  b. Algumas vezes  c. Muitas vezes  d. A maior parte das vezes</p>
<p><b>2. Nos últimos três meses, classificaria a interferência do meu trabalho na minha vida pessoal como:</b></p> <p>a. Mínima  b. Moderada  c. Severa  d. Muito severa</p>	<p><b>7. Nos últimos três meses, o meu trabalho ajudou a melhorar a minha vida pessoal:</b></p> <p>a. Muito menos do que o normal para mim  b. Menos do que o normal para mim  c. Mais ou menos o mesmo do que é normal para mim  d. Mais do que é normal para mim  e. Muito mais do que é normal para mim</p>
<p><b>3. Nos últimos três meses, fiz sacrifícios pessoais para concluir o meu trabalho:</b></p> <p>a. Raras vezes  b. Algumas vezes  c. Muitas vezes  d. A maior parte das vezes</p>	<p><b>8. Nos últimos três meses, classificaria a melhoria da minha vida pessoal por causa do meu trabalho como:</b></p> <p>a. Mínima  b. Moderada  c. Considerável  d. Muito considerável</p>
<p><b>4. Nos últimos três meses, a minha vida pessoal interferiu com o meu trabalho:</b></p> <p>a. Muito menos do que o normal para mim  b. Menos do que o normal para mim  c. Mais ou menos o mesmo do que é normal para mim  d. Mais do que é normal para mim  e. Muito mais do que é normal para mim</p>	<p><b>9. Nos últimos três meses, a minha vida pessoal ajudou a melhorar o meu trabalho:</b></p> <p>a. Muito menos do que o normal para mim  b. Menos do que o normal para mim  c. Mais ou menos o mesmo do que é normal para mim  d. Mais do que é normal para mim  e. Muito mais do que é normal para mim</p>
<p><b>5. Nos últimos três meses, classificaria a interferência da minha vida pessoal no meu trabalho como:</b></p> <p>a. Mínima  b. Moderada  c. Severa  d. Muito severa</p>	<p><b>10. Nos últimos três meses, classificaria a melhoria do meu trabalho por causa da minha vida pessoal como:</b></p> <p>a. Mínima  b. Moderada  c. Considerável  d. Muito considerável</p>

**1.4.** Caso esteja ou tenha estado numa relação nos últimos três meses indique, por favor, em que medida, durante esse período de tempo, o seu cônjuge/companheiro(a) vivenciou cada uma das situações seguintes, usando a seguinte escala:

1.	2.	3.	4.
Raras vezes	Algumas vezes	Muitas vezes	A maior parte das vezes

Caso não esteja ou tenha estado numa relação nos últimos três meses, passe, por favor, para o ponto 2.

1. Devido ao trabalho, o meu/minha cônjuge ou companheiro(a) não teve energia para realizar atividades com a nossa família.	1	2	3	4
2. O trabalho do meu/minha cônjuge ou parceiro(a) dificultou a manutenção do tipo de relacionamento com a nossa família, que ele / ela gostaria.	1	2	3	4
3. A quantidade de tempo que o trabalho do/da meu/minha cônjuge ou parceiro(a) requer dificultou o cumprimento das suas responsabilidades pessoais.	1	2	3	4
4. O horário de trabalho do/da meu/minha cônjuge ou parceiro(a) dificultou o cumprimento das suas responsabilidades pessoais.	1	2	3	4
5. Os comportamentos que são eficazes e necessários para o meu/minha cônjuge ou companheiro(a) no trabalho foram contraproducentes em casa.	1	2	3	4
6. Devido ao trabalho, o/a meu/minha cônjuge ou companheiro(a) tinha mais energia para fazer as atividades com os nossos familiares ou com outras pessoas importantes para nós.	1	2	3	4
7. Devido ao seu trabalho, o meu/minha cônjuge ou companheiro(a) estava mais bem-disposto(a) em casa.	1	2	3	4
8. O horário de trabalho do(a) meu/minha cônjuge ou parceiro(a) era suficientemente flexível para permitir que ele/ela cuidasse das suas responsabilidades pessoais.	1	2	3	4
9. O trabalho do(a) meu/minha cônjuge ou companheiro(a) proporciona-lhe tempo suficiente para atender às suas responsabilidades pessoais.	1	2	3	4
10. As competências que o/a meu/minha cônjuge ou parceiro(a) utilizou no trabalho foram úteis para as tarefas que ele/ela tinha de fazer em casa.	1	2	3	4
11. Falar com alguém no trabalho ajudou o/a meu/minha cônjuge ou companheiro(a) a lidar com problemas em casa, como por exemplo educação dos filhos, problemas nas relações com o/a cônjuge ou companheiro(a), saúde de familiares, etc.	1	2	3	4

**2. Este questionário consiste num conjunto de afirmações sobre os sentimentos que as pessoas manifestam relativamente à organização (empresa ou instituição) onde trabalham.**

Considere somente **o que sente sobre a organização onde trabalha**. Por favor, leia cada afirmação e depois, para indicar a sua resposta, use a seguinte escala:

1.	2.	3.	4.	5.
Discordo totalmente	Discordo em parte	Não concordo nem discordo	Concordo em parte	Concordo totalmente

1. Ficaria muito satisfeito(a) por fazer o resto da minha carreira nesta organização.	1	2	3	4	5
2. Sinto os problemas da minha organização como se fossem meus.	1	2	3	4	5
3. Sinto-me como fazendo “parte da família” na minha organização.	1	2	3	4	5
4. Sinto-me “emocionalmente ligado” à minha organização.	1	2	3	4	5
5. Esta organização tem para mim um grande significado.	1	2	3	4	5
6. Sinto um forte sentimento de pertença à minha organização.	1	2	3	4	5
7. Mesmo que eu quisesse, seria muito difícil sair agora da minha organização.	1	2	3	4	5
8. Muitas coisas da minha vida ficariam complicadas se eu decidisse sair desta organização agora.	1	2	3	4	5
9. Neste momento, permanecer na minha organização é tanto uma questão de necessidade como de desejo.	1	2	3	4	5
10. Sinto que tenho poucas alternativas de emprego se deixar esta organização.	1	2	3	4	5
11. Uma das consequências de deixar esta organização seria a escassez de outras alternativas de emprego.	1	2	3	4	5
12. Continuo a trabalhar nesta organização porque a minha saída implicaria sacrifícios pessoais consideráveis; outra qualquer organização pode não me proporcionar todas as regalias que aqui tenho.	1	2	3	4	5
13. Se eu não me tivesse empenhado tanto nesta organização consideraria a hipótese de trabalhar noutro lado.	1	2	3	4	5
14. Acredito que uma pessoa tenha que ser sempre leal à sua organização.	1	2	3	4	5
15. Considero falta de ética “andar a saltitar” de organização em organização.	1	2	3	4	5
16. Uma das principais razões para continuar a trabalhar nesta organização é que acredito que a lealdade é importante e, por isso, sinto obrigação moral de permanecer nela.	1	2	3	4	5
17. Se recebesse uma oferta de emprego melhor, não seria correto sair da minha organização.	1	2	3	4	5
18. Fui ensinado(a) a acreditar no valor de permanecer leal à minha organização.	1	2	3	4	5

19. As coisas eram melhores no tempo em que as pessoas permaneciam numa organização a maior parte das suas vidas/carreiras.	1	2	3	4	5
20. Acredito que querer ser um elemento determinante na organização ainda hoje faz sentido nos nossos dias.	1	2	3	4	5
21. Sinto-me obrigado(a) a permanecer na organização por lealdade.	1	2	3	4	5
22. Mesmo que me trouxesse vantagens, sinto que não deveria abandonar agora a minha organização.	1	2	3	4	5
23. Sentir-me-ia culpado(a) se saísse agora da minha organização.	1	2	3	4	5
24. Esta organização merece a minha lealdade.	1	2	3	4	5
25. Não deixaria a minha organização agora porque tenho um sentido de obrigação para com as pessoas que nela trabalham.	1	2	3	4	5
26. Sinto-me em dívida para com a minha organização.	1	2	3	4	5

**3. Agora, gostaríamos de saber em que medida se considera satisfeito com o seu trabalho.** Isto é, tudo somado, e nas atuais circunstâncias da sua vida profissional, **até que ponto está satisfeito com cada um dos seguintes aspetos do seu trabalho?**

Assinale com um círculo o número correspondente à sua escolha.

Em relação às suas *perspetivas de promoção*, diria que está:

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7  
**Extremamente insatisfeito** **Extremamente satisfeito**

Em relação à *organização e funcionamento do departamento onde trabalha*, diria que está:

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7  
**Extremamente insatisfeito** **Extremamente satisfeito**

Em relação à *colaboração e clima de relação com os seus colegas de trabalho*, diria que está:

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7  
**Extremamente insatisfeito** **Extremamente satisfeito**

Em relação à *remuneração que recebe*, diria que está:

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7  
**Extremamente insatisfeito** **Extremamente satisfeito**

Em relação à *competência e funcionamento do seu superior imediato*, diria que está:

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7  
**Extremamente insatisfeito** **Extremamente satisfeito**

Em relação ao *trabalho que realiza*, diria que está:

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7  
**Extremamente insatisfeito** **Extremamente satisfeito**

No caso de exercer uma função de chefia, em relação à *competência e funcionamento dos seus subordinados*, diria que está:

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7  
Extremamente insatisfeito Extremamente satisfeito

Tudo somado, e considerando todos os aspetos do seu trabalho e da sua vida nesta empresa, diria que está:

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7  
Extremamente insatisfeito Extremamente satisfeito

**MHI 5 (P. Ribeiro, 2001)**

4. Abaixo vai encontrar um conjunto de questões acerca do modo como se sente no dia a dia.

Assinale com um círculo o número correspondente à sua escolha

1. Durante quanto tempo, no mês passado, se sentiu nervoso?

1.....2.....3.....4.....5  
Sempre Quase Sempre A maior parte do tempo Durante algum tempo Nunca

2. Durante quanto tempo, no mês que passou, se sentiu calmo e em paz?

1.....2.....3.....4.....5  
Sempre Quase Sempre A maior parte do tempo Durante algum tempo Nunca

3. Durante quanto tempo, no mês que passou, se sentiu triste e em baixo?

1.....2.....3.....4.....5  
Sempre Quase Sempre A maior parte do tempo Durante algum tempo Nunca

4. Durante quanto tempo, no mês que passou, se sentiu triste e em baixo, de tal modo que nada o conseguia animar?

1.....2.....3.....4.....5  
Sempre Quase Sempre A maior parte do tempo Durante algum tempo Nunca

5. No último mês durante quanto tempo se sentiu uma pessoa feliz?

1.....2.....3.....4.....5  
Sempre Quase Sempre A maior parte do tempo Durante algum tempo Nunca

**Por fim, pedimos-lhe que complete os seguintes dados:**

**- Informação geral**

1. Idade: \_\_\_\_\_
2. Sexo:  masculino  feminino
3. Nacionalidade:  portuguesa  outra: \_\_\_\_\_
4. Profissão/ocupação profissional: \_\_\_\_\_
5. Habilitações literárias:  
 até ao 9ºano  secundário (12ºano)  licenciatura  mestrado  doutoramento

**- Informação relativa à situação profissional**

6. Situação profissional:  tenho um emprego a tempo inteiro (*full-time*)  
 tenho um emprego em regime de tempo parcial (*part-time*)  
 tenho um emprego de trabalho temporário
7. Que contrato de trabalho mantém na sua empresa/instituição?  
 tempo indeterminado  termo certo ou contrato a prazo  
 termo incerto ou contrato sem termo  avença ou “recibo verde”  
 outro: \_\_\_\_\_
8. Há quanto tempo trabalha nesta empresa ou instituição? \_\_\_\_\_ anos e \_\_\_\_\_ meses.
9. Em média quanto tempo passa por dia no seu local de trabalho? \_\_\_\_\_ horas
10. Qual a remuneração líquida mensal que recebe pelo seu trabalho, aproximadamente? \_\_\_\_\_ euros

**- Informação relativa à situação familiar**

11. Estado civil: solteiro  casado  divorciado  viúvo  união de facto
12. Se escolheu a opção casado ou união de facto, assinale se o cônjuge/companheiro:  
. se encontra atualmente no desemprego   
. se encontra a trabalhar: em regime de tempo integral  em regime de tempo parcial
13. Se escolheu a opção casado ou união de facto, refira há quanto tempo mantém essa relação: \_\_\_\_\_ ano(s)
14. Filhos: sim  (quantos: \_\_\_\_\_ idades: \_\_\_\_\_) não
15. Reside sozinho? sim  não
16. Se respondeu não, que outros elementos fazem parte do agregado familiar?  
Cônjuge/companheiro  Filho(s)  Pais e/ou sogros  Outros
17. Rendimento líquido aproximado do agregado familiar: \_\_\_\_\_ euros
18. No último ano o rendimento do agregado familiar sofreu algum decréscimo: sim  não
19. Se respondeu sim, assinale como avalia esse decréscimo, numa escala de 1 (pouco significativo) a 7 (extremamente significativo)?  
1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
20. Considera que esse rendimento permite satisfazer as principais necessidades da família? sim  não

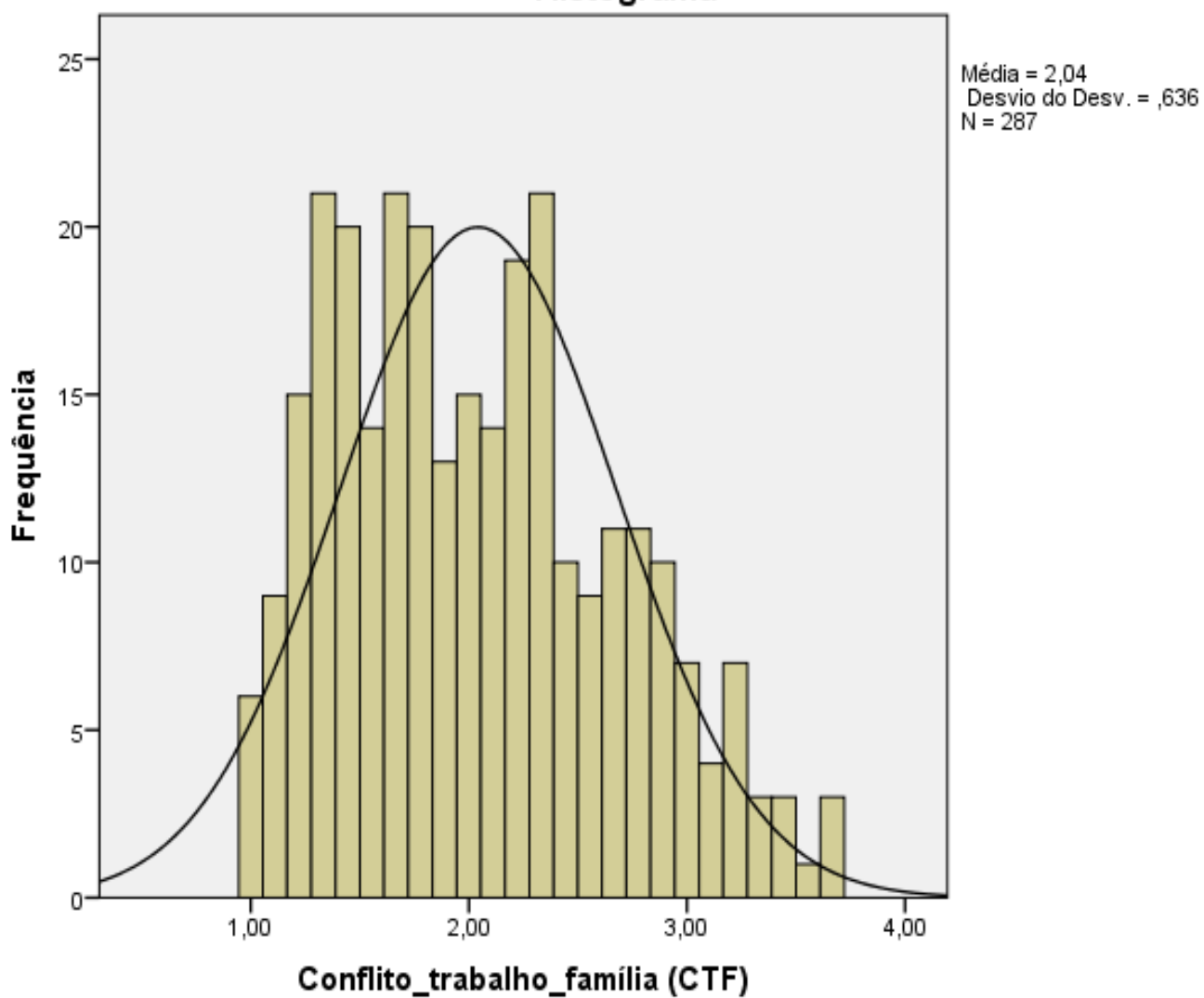
21. Se respondeu não, assinale se no último ano, e como consequência do decréscimo de rendimento, algum membro do agregado familiar teve de:

- . efetuar mudanças nos hábitos alimentares
- . deixar de participar em atividades de lazer
- . deixar de recorrer a serviços de saúde em situações de doença física ou mental
- . evitar comprar medicação
- . recorrer a instituições de solidariedade social
- . recorrer a crédito bancário

# Anexo II |

Histograma com a curva da normal sobreposta dos  
dados do fator CTF

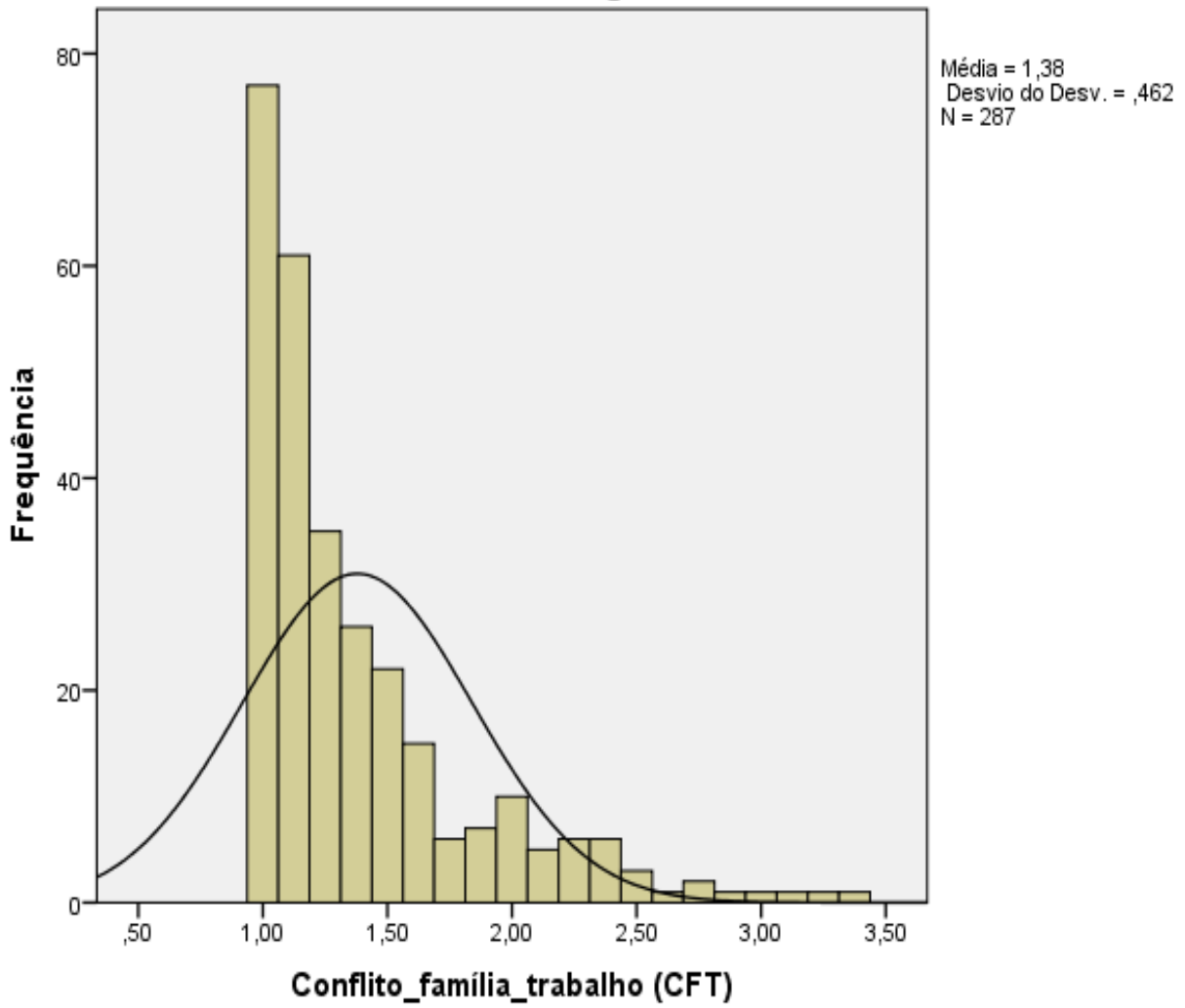
### Histograma



# Anexo III |

Histograma com a curva da normal sobreposta dos  
dados do fator CFT

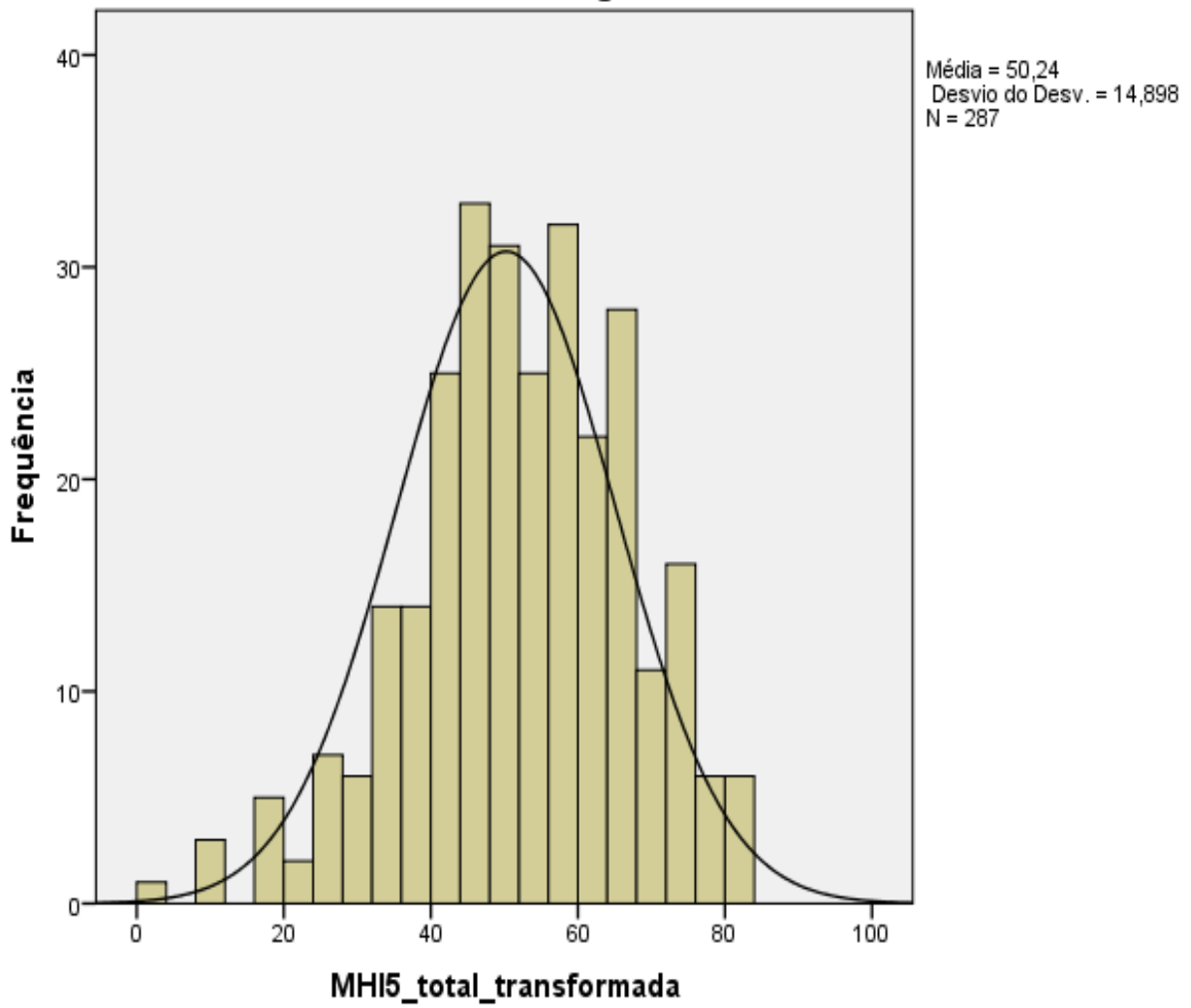
### Histograma



# Anexo IV |

Histograma com a curva da normal sobreposta dos  
dados do MHI-5

Histograma



# Anexo V |

Matriz das correlações (AFE)

Matriz de correlações

		TF1.1_1	TF1.1_2	TF1.1_3	TF1.1_4	TF1.1_5	TF1.1_6	TF1.1_7	TF1.1_8	TF1.1_9	TF1.1_10	TF1.1_11	TF1.1_12	TF1.1_13	TF1.1_14	TF1.1_15	TF1.1_16	TF1.1_17
Correlação	TF1.1_1	1,000	,686	,402	,435	,440	,337	,383	,326	,258	,056	,073	,122	,157	,094	,174	,067	,145
	TF1.1_2	,686	1,000	,411	,514	,527	,434	,472	,366	,374	,170	,144	,163	,242	,175	,229	,047	,178
	TF1.1_3	,402	,411	1,000	,438	,357	,350	,342	,491	,370	,167	,164	,040	,156	,116	,193	,113	,089
	TF1.1_4	,435	,514	,438	1,000	,579	,563	,540	,456	,466	,267	,290	,225	,266	,258	,340	,198	,256
	TF1.1_5	,440	,527	,357	,579	1,000	,672	,594	,387	,371	,167	,248	,233	,222	,197	,347	,168	,318
	TF1.1_6	,337	,434	,350	,563	,672	1,000	,610	,419	,463	,237	,196	,235	,213	,252	,383	,210	,317
	TF1.1_7	,383	,472	,342	,540	,594	,610	1,000	,297	,334	,135	,139	,148	,155	,133	,307	,079	,139
	TF1.1_8	,326	,366	,491	,456	,387	,419	,297	1,000	,560	,301	,204	,202	,249	,236	,273	,358	,280
	TF1.1_9	,258	,374	,370	,466	,371	,463	,334	,560	1,000	,345	,314	,211	,369	,367	,358	,302	,324
	TF1.1_10	,056	,170	,167	,267	,167	,237	,135	,301	,345	1,000	,521	,324	,310	,493	,450	,437	,411
	TF1.1_11	,073	,144	,164	,290	,248	,196	,139	,204	,314	,521	1,000	,414	,502	,532	,586	,398	,355
	TF1.1_12	,122	,163	,040	,225	,233	,235	,148	,202	,211	,324	,414	1,000	,453	,443	,380	,461	,342
	TF1.1_13	,157	,242	,156	,266	,222	,213	,155	,249	,369	,310	,502	,453	1,000	,451	,427	,539	,398
	TF1.1_14	,094	,175	,116	,258	,197	,252	,133	,236	,367	,493	,532	,443	,451	1,000	,595	,518	,357
	TF1.1_15	,174	,229	,193	,340	,347	,383	,307	,273	,358	,450	,586	,380	,427	,595	1,000	,485	,442
	TF1.1_16	,067	,047	,113	,198	,168	,210	,079	,358	,302	,437	,398	,461	,539	,518	,485	1,000	,418
	TF1.1_17	,145	,178	,089	,256	,318	,317	,139	,280	,324	,411	,355	,342	,398	,357	,442	,418	1,000

# Anexo VI |

Matrizes de anti-imagem (AFE)

Matrizes anti-imagem

		TF1.1_1	TF1.1_2	TF1.1_3	TF1.1_4	TF1.1_5	TF1.1_6	TF1.1_7	TF1.1_8	TF1.1_9	TF1.1_10	TF1.1_11	TF1.1_12	TF1.1_13	TF1.1_14	TF1.1_15	TF1.1_16	TF1.1_17
Covariância anti-imagem	TF1.1_1	,489	-,240	-,080	-,038	-,027	,023	-,012	-,021	,029	,058	,017	-,015	,017	,011	-,013	-,027	-,025
	TF1.1_2	-,240	,405	-,027	-,041	-,065	,002	-,043	-,016	-,037	-,056	,036	-,013	-,074	-,028	,003	,089	,017
	TF1.1_3	-,080	-,027	,633	-,063	-,005	-,013	-,025	-,168	-,027	-,018	-,037	,074	-,015	,018	-,007	,012	,068
	TF1.1_4	-,038	-,041	-,063	,483	-,067	-,056	-,086	-,047	-,052	-,022	-,043	-,010	-,006	-,009	,008	,009	,005
	TF1.1_5	-,027	-,065	-,005	-,067	,410	-,150	-,093	-,023	,025	,061	-,058	-,019	,024	,021	-,006	-,005	-,078
	TF1.1_6	,023	,002	-,013	-,056	-,150	,413	-,128	-,024	-,073	-,015	,057	-,027	,022	-,014	-,043	,001	-,042
	TF1.1_7	-,012	-,043	-,025	-,086	-,093	-,128	,501	,029	-,011	-,009	,031	-,009	-,011	,035	-,070	,022	,073
	TF1.1_8	-,021	-,016	-,168	-,047	-,023	-,024	,029	,515	-,178	-,037	,026	-,016	,041	,034	,018	-,121	-,022
	TF1.1_9	,029	-,037	-,027	-,052	,025	-,073	-,011	-,178	,535	-,030	-,015	,051	-,082	-,069	,003	,025	-,035
	TF1.1_10	,058	-,056	-,018	-,022	,061	-,015	-,009	-,037	-,030	,570	-,154	-,008	,084	-,085	-,006	-,085	-,120
	TF1.1_11	,017	,036	-,037	-,043	-,058	,057	,031	,026	-,015	-,154	,472	-,069	-,134	-,058	-,146	,053	,017
	TF1.1_12	-,015	-,013	,074	-,010	-,019	-,027	-,009	-,016	,051	-,008	-,069	,653	-,094	-,084	,016	-,098	-,040
	TF1.1_13	,017	-,074	-,015	-,006	,024	,022	-,011	,041	-,082	,084	-,134	-,094	,527	-,023	,012	-,167	-,083
	TF1.1_14	,011	-,028	,018	-,009	,021	-,014	,035	,034	-,069	-,085	-,058	-,084	-,023	,492	-,138	-,086	,024
	TF1.1_15	-,013	,003	-,007	,008	-,006	-,043	-,070	,018	,003	-,006	-,146	,016	,012	-,138	,454	-,077	-,086
	TF1.1_16	-,027	,089	,012	,009	-,005	,001	,022	-,121	,025	-,085	,053	-,098	-,167	-,086	-,077	,482	-,047
	TF1.1_17	-,025	,017	,068	,005	-,078	-,042	,073	-,022	-,035	-,120	,017	-,040	-,083	,024	-,086	-,047	,642
Correlação anti-imagem	TF1.1_1	,816 <sup>a</sup>	-,539	-,144	-,079	-,060	,052	-,024	-,042	,058	,110	,036	-,027	,033	,023	-,027	-,056	-,045
	TF1.1_2	-,539	,829 <sup>a</sup>	-,053	-,094	-,159	,005	-,094	-,035	-,080	-,116	,081	-,025	-,161	-,062	,007	,201	,033
	TF1.1_3	-,144	-,053	,899 <sup>a</sup>	-,113	-,011	-,026	-,045	-,293	-,046	-,030	-,069	,114	-,026	,032	-,014	,021	,107
	TF1.1_4	-,079	-,094	-,113	,953 <sup>a</sup>	-,150	-,125	-,175	-,095	-,103	-,042	-,090	-,017	-,011	-,019	,016	,019	,008
	TF1.1_5	-,060	-,159	-,011	-,150	,895 <sup>a</sup>	-,364	-,205	-,050	,054	,127	-,132	-,038	,051	,047	-,014	-,010	-,152
	TF1.1_6	,052	,005	-,026	-,125	-,364	,894 <sup>a</sup>	-,281	-,052	-,156	-,032	,128	-,052	,046	-,032	-,100	,002	-,082
	TF1.1_7	-,024	-,094	-,045	-,175	-,205	-,281	,899 <sup>a</sup>	,056	-,022	-,017	,064	-,016	-,021	,071	-,146	,044	,128
	TF1.1_8	-,042	-,035	-,293	-,095	-,050	-,052	,056	,868 <sup>a</sup>	-,339	-,068	,054	-,028	,078	,067	,037	-,242	-,038
	TF1.1_9	,058	-,080	-,046	-,103	,054	-,156	-,022	-,339	,907 <sup>a</sup>	-,054	-,029	,085	-,155	-,134	,006	,050	-,060
	TF1.1_10	,110	-,116	-,030	-,042	,127	-,032	-,017	-,068	-,054	,870 <sup>a</sup>	-,297	-,013	,153	-,161	-,011	-,162	-,198
	TF1.1_11	,036	,081	-,069	-,090	-,132	,128	,064	,054	-,029	-,297	,846 <sup>a</sup>	-,125	-,268	-,120	-,315	,111	,031
	TF1.1_12	-,027	-,025	,114	-,017	-,038	-,052	-,016	-,028	,085	-,013	-,125	,921 <sup>a</sup>	-,161	-,148	,029	-,174	-,061
	TF1.1_13	,033	-,161	-,026	-,011	,051	,046	-,021	,078	-,155	,153	-,268	-,161	,856 <sup>a</sup>	-,046	,024	-,332	-,142
	TF1.1_14	,023	-,062	,032	-,019	,047	-,032	,071	,067	-,134	-,161	-,120	-,148	-,046	,906 <sup>a</sup>	-,292	-,176	,043
	TF1.1_15	-,027	,007	-,014	,016	-,014	-,100	-,146	,037	,006	-,011	-,315	,029	,024	-,292	,900 <sup>a</sup>	-,164	-,159
	TF1.1_16	-,056	,201	,021	,019	-,010	,002	,044	-,242	,050	-,162	,111	-,174	-,332	-,176	-,164	,843 <sup>a</sup>	-,084
	TF1.1_17	-,045	,033	,107	,008	-,152	-,082	,128	-,038	-,060	-,198	,031	-,061	-,142	,043	-,159	-,084	,907 <sup>a</sup>

a. Medidas de adequação de amostragem (MSA)

# Anexo VII |

Valor de KMO e teste de esfericidade de Bartlett's (AFE)

Teste de KMO e Bartlett

Medida Kaiser-Meyer-Olkin de adequação de amostragem.		,883
Teste de esfericidade de Bartlett	Aprox. Qui-quadrado	2187,352
	df	136
	Sig.	,000

# Anexo VIII |

Matriz de componente rotativa (AFE com extração livre de fatores)

Matriz de componente rotativa<sup>a</sup>

	Componente		
	1	2	3
TF1.1_14	,765	,074	,103
TF1.1_11	,745	,095	,070
TF1.1_16	,736	-,052	,226
TF1.1_15	,730	,285	,040
TF1.1_13	,680	,115	,145
TF1.1_12	,662	,176	-,105
TF1.1_10	,653	,012	,272
TF1.1_17	,608	,189	,079
TF1.1_5	,209	,815	,093
TF1.1_7	,092	,804	,048
TF1.1_6	,251	,742	,155
TF1.1_2	,056	,709	,308
TF1.1_4	,232	,671	,337
TF1.1_1	-,028	,636	,303
TF1.1_8	,234	,258	,772
TF1.1_3	-,001	,352	,708
TF1.1_9	,364	,293	,610

Método de Extração: Análise de Componente Principal.

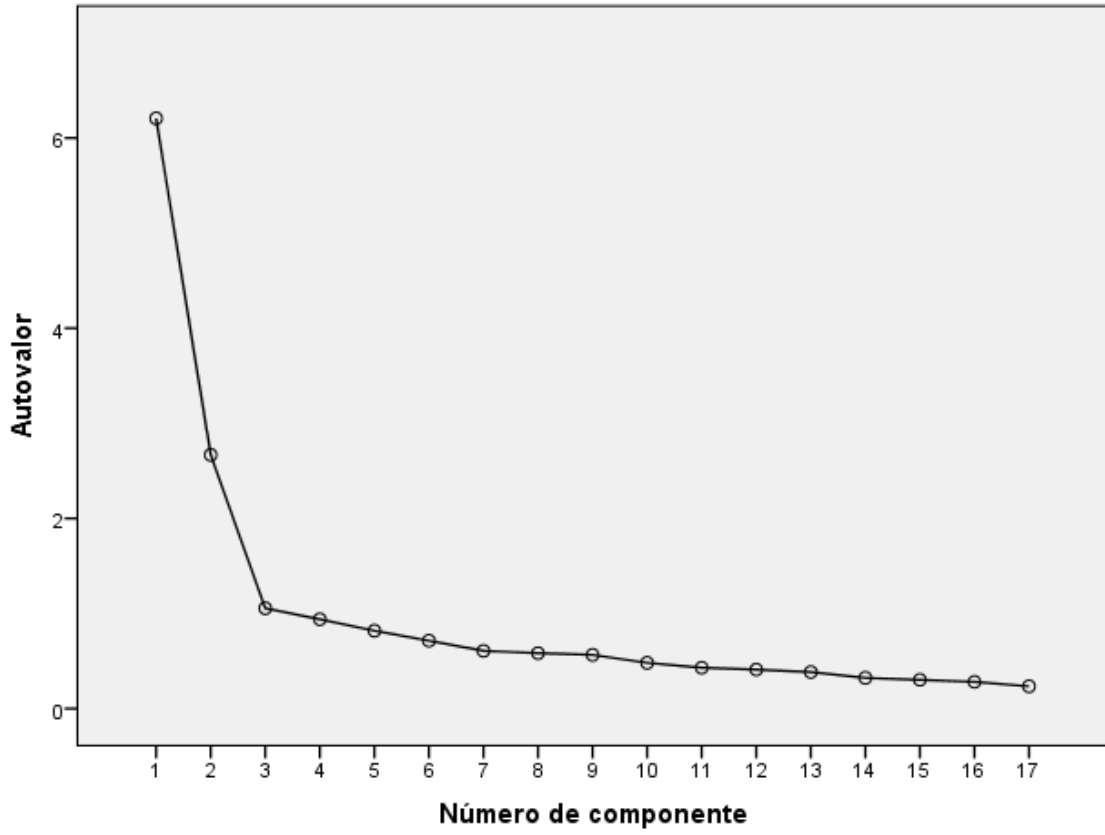
Método de Rotação: Varimax com Normalização de Kaiser

a. Rotação convergida em 5 iterações.

# Anexo IX |

*Scree Plot* da variância das componentes (AFE)

**Scree plot**



# Anexo X |

Pesos fatoriais de cada item em ambos os fatores extraídos, os seus valores próprios (*eigenvalues*), a comunalidade de cada item e a percentagem de variância explicada por cada fator (AFE)

	Fator		
	1	2	
	Conflito trabalho-família	Conflito família-trabalho	Comunalidades
<b>Item</b>			
1.1_2	.770	.065	.597
1.1_5	.764	.188	.408
1.1_4	.746	.243	.616
1.1_7	.736	.068	.619
1.1_6	.727	.240	.586
1.1_1	.705	-.017	.546
1.1_3	.635	.065	.428
1.1_8	.576	.309	.458
1.1_9	.532	.418	.476
1.1_14	.099	.769	.564
1.1_16	.042	.758	.601
1.1_11	.102	.744	.584
1.1_15	.259	.719	.577
1.1_13	.156	.687	.497
1.1_10	.122	.679	.419
1.1_12	.097	.640	.496
1.1_17	.193	.606	.404
<i>eigenvalue</i>	6.21	2.67	
Variância explicada	36.51	15.69	