U.PORTO

**MESTRADO**
PSICOLOGIA

# Burnout Parental e Ajustamento das Crianças e Adolescentes: O Papel Mediador do Controlo Parental

Francisca Quinteira Sabino

**M**

**2026**

**Universidade do Porto**
**Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação**

# BURNOUT PARENTAL E AJUSTAMENTO DAS CRIANÇAS E ADOLESCENTES: O PAPEL MEDIADOR DO CONTROLO PARENTAL

**Francisca Quinteira Sabino**

Novembro 2026

Dissertação apresentada no Mestrado em Psicologia, na área de Psicologia Clínica e da Saúde, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, orientada pela Professora Doutora ***Marisa Matias*** (FPCEUP) e coorientada pelo Professor Doutor ***Tiago Ferreira*** (FPCEUP).

## AVISOS LEGAIS

O conteúdo desta dissertação reflete as perspetivas, o trabalho e as interpretações da autora no momento da sua entrega. Esta dissertação pode conter incorreções, tanto concetuais como metodológicas, que podem ter sido identificadas em momento posterior ao da sua entrega. Por conseguinte, qualquer utilização dos seus conteúdos deve ser exercida com cautela.

Ao entregar esta dissertação, a autora declara que a mesma é resultante do seu próprio trabalho, contém contributos originais e são reconhecidas todas as fontes utilizadas, encontrando-se tais fontes devidamente citadas no corpo do texto e identificadas na secção de referências. A autora declara, ainda, que não divulga na presente dissertação quaisquer conteúdos cuja reprodução esteja vedada por direitos de autor ou de propriedade industrial.

Sem prejuízo do disposto anteriormente, a autora declara que recorreu a ferramentas de Inteligência Artificial durante o processo de elaboração deste trabalho. Em particular, utilizou-se o *ChatGPT* para orientação sobre testes estatísticos e para apoio à revisão linguística do texto. O recurso a estas ferramentas limitou-se aos usos descritos, mantendo-se as ideias, a análise, a interpretação dos resultados, a elaboração científica e a redação inicial da Dissertação integralmente da responsabilidade da autora.

**Agradecimentos**

Esta dissertação fecha um capítulo de cinco anos de faculdade, e se há algo que aprendi ao longo deste caminho é que nunca o percorri sozinha. E por isso, não poderia terminar sem agradecer a quem, de diferentes formas, fez parte deste percurso.

À Professora Doutora Marisa Matias e ao Professor Doutor Tiago Ferreira, expresso o meu mais sincero agradecimento pela orientação e acompanhamento próximo que tornaram este trabalho possível. Obrigada pela disponibilidade para esclarecer dúvidas, discutir ideias e apontar caminhos, que me permitiu, passo a passo, encontrar o rumo certo até aqui.

Aos meus pais e avós, por terem sempre acreditado em mim, e me terem dado as condições e a força para chegar até ao fim. Esta conquista também é vossa.

Aos coleguinhas de 2021, aos Tomtes, por termos crescido juntos, de caloiros a finalistas.

Ao associativismo, e em particular, à AEFPCEUP, por ter sido uma parte tão importante deste percurso, pelas pessoas incríveis que me deu e por tudo aquilo que me permitiu viver e aprender. Foi lá que descobri outras formas de crescer, fora da sala de aula, e por isso serei sempre grata.

À Mariana, Sofia, Teresa e Margarida, por terem sido a minha casa (do caos) ao longo destes cinco anos. Mais do que colegas de faculdade e amigas, tornaram-se verdadeiramente família. Tive a sorte de as encontrar pelo caminho, e tenho a sorte ainda maior de continuar a percorrê-lo com elas.

Ao Gui, o meu afilhado, que ao longo deste último ano cresceu ao meu lado, ele a dar os primeiros passos, eu a terminar os últimos desta etapa. Foi, sem saber, uma das minhas maiores motivações para continuar.

À Néné, Sophie, Mari, Guida e Vaz, pela amizade de sempre. Obrigada por serem o lugar seguro a que, ano após ano, pude voltar.

## Resumo

O Burnout Parental (BP) surge quando os fatores que contribuem para o *stress* associado à parentalidade excedem, de forma crónica e intensa, os recursos disponíveis para o gerir. Embora a investigação sobre o BP tenha recebido atenção crescente, permanece menos claro de que forma este fenómeno se relaciona com os problemas de ajustamento das crianças e adolescentes e que variáveis podem explicar esta relação. O presente estudo teve como objetivo analisar a relação entre o BP e os Problemas Internalizados e Externalizados das crianças e adolescentes, explorando o papel mediador do Controlo Psicológico e do Controlo Comportamental exercido pelos pais. Participaram 195 pais e mães de crianças e adolescentes entre os 4 e os 18 anos. O BP associou-se positiva e significativamente aos Problemas Internalizados e Externalizados, à Depreciação e Rejeição do Controlo Psicológico e ao Controlo Comportamental Confrontativo. Não foram encontradas associações significativas entre o BP e a Comparação e Exigência do Controlo Psicológico ou o Controlo Comportamental Coercivo. Verificou-se uma mediação parcial da dimensão Depreciação e Rejeição do Controlo Psicológico na relação entre o BP e os Problemas Externalizados. Nas análises complementares por grupo etário, este efeito foi observado apenas no grupo dos 11 aos 18 anos. Os resultados sugerem que algumas práticas de controlo psicológico poderão constituir uma via através da qual o BP se relaciona com os problemas externalizados dos filhos, sobretudo durante a adolescência. Estudos futuros deverão testar estas relações longitudinalmente e considerar o papel da idade.



**Palavras-Chave:** burnout parental, controlo parental, controlo psicológico, controlo comportamental, problemas internalizados, problemas externalizados.

## Abstract

Parental Burnout (PB) arises when factors contributing to parenting-related stress chronically and intensely exceed the resources available to manage it. Although research on PB has received increasing attention, less is known about how this phenomenon relates to children's and adolescents' adjustment problems and which variables may explain this relationship. The present study aimed to examine the association between PB and children's and adolescents' Internalizing and Externalizing Problems, exploring the mediating role of Psychological Control and Behavioral Control. The sample comprised 195 mothers and fathers of children and adolescents aged between 4 and 18 years. PB was positively and significantly associated with Internalizing and Externalizing Problems, Psychological Control through the Depreciation and Rejection dimension, and Confrontative Behavioral Control. No significant associations were found between PB and the Comparison and Demandingness dimension of Psychological Control or Coercive Behavioral Control. Partial mediation was found for the Depreciation and Rejection dimension of Psychological Control in the relationship between PB and Externalizing Problems. In complementary analyses by age group, this effect was observed only among participants with children aged 11 to 18 years. The results suggest that psychological control practices may constitute one pathway through which PB is related to children's externalizing problems, particularly during adolescence. Future research should test these relationships longitudinally and consider the role of age.



**Keywords:** parental burnout, parental control, psychological control, behavioral control, internalizing problems, externalizing problems.

# Índice


Introdução ... 1
Burnout Parental ... 2
Burnout Parental e Ajustamento das Crianças e Adolescentes ... 3
Estilos Parentais e Controlo Parental ... 4
Controlo Parental e Problemas Internalizados e Externalizados ... 5
Burnout Parental e Controlo Parental ... 7
O Presente Estudo ... 8
Método ... 9
Procedimento de recolha de dados ... 9
Participantes ... 10
Instrumentos ... 12
Características Sociodemográficas ... 12
Parental Burnout Assessment Scale ... 13
Strengths and Difficulties Questionnaire ... 13
Psychological Control – Disrespect Scale ... 14
Child Rearing Practices Report ... 15
Análises estatísticas ... 15
Resultados ... 16
Correlações entre BP, Problemas Internalizados e Externalizados e Controlo Parental ... 16
Análise de Mediação do Controlo Psicológico na relação entre BP, Problemas Internalizados e Externalizados ... 18
Análise de Mediação do Controlo Comportamental na relação entre BP, Problemas Internalizados e Externalizados ... 20
Análises Complementares ... 22
Análise de Mediação do Controlo Psicológico na relação entre BP, Problemas Internalizados e Externalizados, por grupo etário ... 22
Análise de Mediação do Controlo Comportamental na relação entre BP, Problemas Internalizados e Externalizados, por grupo etário ... 25
Discussão ... 27
Implicações e Direções Futuras ... 32
Conclusão ... 33
Referências ... 34
Apêndice A ... 39
Anexo A ... 43

## Índice de tabelas

**Tabela 1** Estatísticas descritivas das variáveis sociodemográficas ..... 11
**Tabela 2** Estatísticas descritivas das variáveis em estudo ..... 16
**Tabela 3** Correlações de Pearson entre as variáveis em estudo ..... 17

**Tabela A 1** Efeitos diretos e indiretos do BP nos Problemas Internalizados através do Controlo Psicológico, por grupo etário ..... 39
**Tabela A 2** Efeitos diretos e indiretos do BP nos Problemas Externalizados através do Controlo Psicológico, por grupo etário ..... 40
**Tabela A 3** Efeitos diretos e indiretos do BP nos Problemas Internalizados através do Controlo Comportamental, por grupo etário ..... 40
**Tabela A 4** Efeitos diretos e indiretos do BP nos Problemas Externalizados através do Controlo Comportamental, por grupo etário ..... 41

## Índice de figuras

**Figura 1** Modelo de mediação do Controlo Psicológico na relação entre BP e Problemas Internalizados ..... 18
**Figura 2** Modelo de mediação do Controlo Psicológico na relação entre BP e Problemas Externalizados ..... 19
**Figura 3** Modelo de mediação do Controlo Comportamental na relação entre BP e Problemas Internalizados ..... 21
**Figura 4** Modelo de mediação do Controlo Comportamental na relação entre BP e Problemas Externalizados ..... 22
**Figura 5** Modelo de mediação do Controlo Psicológico na relação entre BP e Problemas Internalizados, por grupo etário ..... 23
**Figura 6** Modelo de mediação do Controlo Psicológico na relação entre BP e Problemas Externalizados, por grupo etário ..... 24
**Figura 7** Modelo de mediação do Controlo Comportamental na relação entre BP e Problemas Internalizados, por grupo etário ..... 25
**Figura 8** Modelo de mediação do Controlo Comportamental na relação entre BP e Problemas Externalizados, por grupo etário ..... 26

## Introdução

A parentalidade constitui uma experiência que pode proporcionar sentido, propósito e realização, mas envolve simultaneamente múltiplas responsabilidades e exigências, requerendo investimentos continuados de tempo, energia, recursos emocionais e financeiros (Nomaguchi & Milkie, 2020). A forma como estas exigências são vivenciadas depende dos recursos disponíveis para lhes fazer face, que variam em função de características individuais, familiares e sociais. Quando as exigências parentais ultrapassam, de forma prolongada, os recursos percebidos para as gerir, poderá desenvolver-se Burnout Parental (BP) (Mikolajczak & Roskam, 2018).

O BP tem vindo a assumir crescente relevância enquanto fenómeno associado à experiência parental. No estudo transcultural de Roskam et al. (2021), realizado em 42 países, a prevalência estimada para Portugal situou-se entre 2% e 3%. O BP distingue-se do cansaço ou *stress* transitórios associados à parentalidade, caracterizando-se por exaustão persistente perante o papel parental, acompanhada por distanciamento emocional dos filhos, perda do prazer na parentalidade e diminuição do sentimento de realização enquanto pai ou mãe (Mikolajczak et al., 2019). A sua relevância ultrapassa, assim, o bem-estar dos pais, podendo refletir-se no funcionamento familiar e nas relações com os filhos (Bogdán et al., 2025).

A investigação tem associado o BP a práticas parentais mais negativas, incluindo comportamentos negligentes e violentos (Mikolajczak et al., 2018), e, mais recentemente, tem procurado compreender as suas possíveis consequências para o ajustamento das crianças e adolescentes. Contudo, esta área permanece relativamente pouco explorada, sendo particularmente escassa a investigação sobre os mecanismos que poderão explicar estas associações (Mikolajczak et al., 2023).

Alguns estudos sugerem que as práticas parentais podem constituir um desses mecanismos. Yang et al. (2021), num estudo longitudinal com 442 díades de pais-adolescentes, verificaram que níveis mais elevados de BP prediziam mais sintomas de depressão e ansiedade nos adolescentes, sendo esta relação parcialmente explicada por uma menor utilização de práticas de apoio à autonomia. De forma semelhante, Chen et al. (2022), num estudo longitudinal com 606 adolescentes e as suas mães, verificaram que níveis mais elevados de BP prediziam maior hostilidade parental percebida pelos adolescentes, que, por sua vez, se associava a mais problemas internalizados e externalizados.

Apesar destes resultados, o papel de dimensões específicas das práticas parentais, nomeadamente do controlo parental, permanece pouco explorado. Neste sentido, o presente estudo procurou analisar a associação entre o BP e os problemas internalizados e externalizados das crianças e adolescentes, explorando o possível papel mediador do controlo parental nesta relação.

## Burnout Parental

Como mencionado anteriormente, o BP surge quando os fatores que contribuem para o aumento do *stress* associado à parentalidade excedem, de forma crónica e intensa, os recursos disponíveis para o gerir (Mikolajczak & Roskam, 2018). A sua manifestação pode ser dividida em quatro dimensões principais, começando os pais por demonstrar sintomas de exaustão emocional e desgaste associados ao papel parental, o que consequentemente, leva a um distanciamento emocional dos filhos. Ainda, deixam de desfrutar da companhia dos filhos e perdem o prazer de ser pais, evidenciando sinais de saturação. A última dimensão, relaciona-se com o contraste que sentem, pois já não se reconhecem como os pais que eram e que desejavam ser (Mikolajczak & Roskam, 2020).

Existem vários fatores de risco que aumentam a vulnerabilidade para desenvolver BP, entre estes, podem destacar-se traços psicológicos dos pais, como o neuroticismo e o perfecionismo, caraterísticas dos filhos como a idade ou o facto de serem crianças com necessidades educativas especiais, aspetos do contexto familiar, por exemplo, a falta de suporte na coparentalidade e de apoio da família alargada, e ainda práticas de educação dos filhos, como o uso de disciplina inconsistente (Mikolajczak et al., 2021). Os fatores sociodemográficos, por sua vez, não parecem ter uma preponderância elevada na explicação da variância no BP, no entanto, demonstrou-se que pais em culturas com valores individualistas podem estar expostos a níveis mais elevados de *stress* (Roskam et al., 2021).

O BP pode estar associado a múltiplas consequências graves a vários níveis, o que o torna um fenómeno que merece crescente atenção. Ao nível dos pais, pode surgir ideação de fuga e ideação suicida, sendo este risco maior do que aquele associado ao *burnout* profissional ou à depressão (Mikolajczak et al., 2021). Outras consequências são a desregulação do eixo hipotálamo-pituitária-adrenal (HPA) que está associada a queixas somáticas e distúrbios do sono, e o aumento de comportamentos de risco, como o consumo de álcool (Mikolajczak et al., 2021; Mikolajczak et al., 2018).

Ademais, o BP tem sido associado a alterações no comportamento parental, nomeadamente a uma maior frequência de comportamentos violentos e negligentes, o que poderá ter implicações negativas para o bem-estar dos filhos (Mikolajczak et al., 2018). Esta associação é consistente com a evidência de que a redução dos níveis de BP após uma intervenção psicológica direcionada foi acompanhada por uma diminuição da frequência destes comportamentos (Brianda et al., 2020).

Além do impacto nos filhos, o BP pode ter consequências ao nível da relação conjugal, sendo a reação que a pessoa que não está em *burnout* tem face aos comportamentos violentos/negligentes do seu parceiro/a para com os filhos, um dos possíveis motivos de conflito entre o casal (Mikolajczak & Roskam, 2020).

## Burnout Parental e Ajustamento das Crianças e Adolescentes

O BP pode assim ter consequências que se refletem no ajustamento dos filhos, e embora estudos mais recentes tenham começado a procurar compreender de que forma esta associação se estabelece a evidência permaneça ainda relativamente limitada.

Entre os indicadores de ajustamento estudados, destacam-se os problemas internalizados, que se caracterizam por manifestações dirigidas para o *self*, tais como, ansiedade, depressão, retraimento social e queixas somáticas, e os problemas externalizados que envolvem manifestações dirigidas para o exterior, como agressividade, desobediência, comportamento de oposição e delinquência (Achenbach, 1991).

Estudos realizados com crianças e adolescentes têm encontrado associações entre o BP e estes indicadores. Por exemplo, Ping et al. (2023), num estudo longitudinal com 236 adolescentes e os seus pais, verificaram que o BP estava positivamente associado tanto a problemas internalizados como a externalizados. De forma semelhante, Yuan et al. (2022) encontraram uma associação positiva entre o BP e os problemas comportamentais dos adolescentes. Mais recentemente, Woine et al. (2024) e Suarez e Yakupova (2026) encontraram associações entre o BP materno e problemas internalizados e externalizados em crianças, contribuindo para reforçar a evidência desta relação em diferentes faixas etárias.

Importa ainda considerar que a associação entre o BP e os problemas internalizados e externalizados poderá envolver mecanismos indiretos. À medida que os níveis de exaustão aumentam, o BP poderá limitar a capacidade dos pais para regular as suas emoções e controlar

o seu comportamento (Ren et al., 2024). Simultaneamente, a perceção da parentalidade como excessivamente exigente e desgastante poderá deixar os pais com menos recursos cognitivos e emocionais para se envolverem nos comportamentos necessários a uma parentalidade positiva, estando o BP associado a comportamentos parentais menos ajustados (Mikolajczak et al., 2018). Estas dificuldades no exercício da parentalidade poderão, por sua vez, repercutir-se nas experiências das crianças e adolescentes no contexto familiar e no seu ajustamento emocional e comportamental, constituindo um possível mecanismo através do qual o BP se relaciona com os problemas internalizados e externalizados dos filhos. De facto, para além das associações com as práticas referidas anteriormente vários estudos têm evidenciado a sua relação com diferentes estilos e práticas parentais negativas (e.g., Mikkonen et al., 2022; Guo et al., 2024), sendo uma destas o controlo parental.

**Estilos Parentais e Controlo Parental**

Os estilos parentais podem ser entendidos como um aspeto relativamente estável da interação entre pais e filhos, refletindo um conjunto de atitudes face às práticas parentais e o clima emocional no qual os comportamentos parentais são expressos (Darling & Steinberg, 1993). A definição e estudo dos estilos parentais, estão grande parte, associados à abordagem de Baumrind (1991), que com base na combinação de duas características principais do exercício da parentalidade, a exigência (controlo), relacionada com o estabelecimento de expectativas, limites e regras, e a responsividade (suporte), referente à capacidade de responder às necessidades da criança, bem como de lhe proporcionar apoio e disponibilidade, distinguiu, tipos de estilos parentais, entre os quais, o autoritativo, autoritário e permissivo e mais tarde foi acrescentado o negligente (Maccoby & Martin, 1983).

Contudo, ao longo do tempo, esta abordagem tipológica tem vindo a ser comparada com uma de caráter dimensional, que procura analisar o contributo específico de determinadas dimensões, como o suporte e o controlo parentais, para o desenvolvimento infantil (Barber & Xia, 2013). Apesar das diferenças entre as duas abordagens, ambas reconhecem o controlo parental como um componente central da socialização das crianças e por isso, torna-se, essencial distinguir as suas diferentes formas, nomeadamente, o controlo psicológico e o controlo comportamental.

O controlo psicológico, segundo o modelo proposto por Barber (1996), está relacionado com as tentativas de controlo por parte dos pais que invadem o desenvolvimento psicológico e

emocional da criança, interferindo negativamente em domínios como a capacidade de autoexpressão e as emoções, incluindo práticas como a indução de culpa, a retirada de afeto, criticismos, invalidação de sentimentos e controlo pessoal excessivo. Por outro lado, o controlo comportamental refere-se aos comportamentos parentais que procuram controlar ou gerir o comportamento das crianças (Barber, 1996).

A diferenciação entre estes tipos de controlo é importante, já que, por um lado, compreende-se que as crianças em desenvolvimento necessitam de um grau adequado de autonomia psicológica, e por outro, que precisam simultaneamente de uma regulação comportamental suficiente. Isto é o que possibilita que consigam ganhar um sentido claro de identidade pessoal e eficácia, e ao mesmo tempo, que percebam que a interação social é regida por regras e estruturas que devem ser respeitadas (Barber et al., 1994).

Importa salientar que, no caso do controlo psicológico, parece existir um consenso de que a sua associação com o desenvolvimento das crianças é linearmente negativa, isto é, comportamentos dos pais que violem a individualidade psicológica das crianças estão associados a consequências negativas para o seu desenvolvimento saudável (Barber & Xia, 2013). Em contraste, o controlo comportamental parece apresentar uma relação mais complexa com o desenvolvimento infantil.

A presença de regulação comportamental, através de práticas como o estabelecimento de regras e limites e a monitorização, pode favorecer a autorregulação e o respeito por normas, enquanto, se esta for ausente ou em níveis baixos pode deixar as crianças sem orientação e supervisão suficientes (Barber et al., 1994). Por outro lado, níveis mais elevados de controlo, podem assumir características excessivas ou coercivas e estar associados a consequências menos favoráveis (Barber & Xia, 2013). Assim, a relação entre o controlo comportamental e o ajustamento deve considerar quer o nível de controlo, quer a forma como este é exercido. Barber e Xia (2013) salientam que a relação pode ser positiva até um determinado ponto, podendo tornar-se negativa quando o controlo ultrapassa esse nível.

### Controlo Parental e Problemas Internalizados e Externalizados

A distinção entre os diferentes tipos de controlo parental torna-se particularmente relevante quando se considera a sua relação com os problemas de ajustamento das crianças e adolescentes. As metanálises de Pinquart (2016, 2017) que analisaram a associação entre as

dimensões e estilos parentais, descritos anteriormente, com os problemas internalizados e externalizados, demostraram que esta relação varia em função da forma de controlo exercida.

Relativamente aos problemas internalizados, o controlo comportamental, caracterizado pelo estabelecimento de regras e expectativas claras e pela monitorização, demonstrou-se associado a menos problemas internalizados, enquanto o controlo severo e, sobretudo, o controlo psicológico estiveram associados a mais problemas internalizados (Pinquart, 2016). De forma semelhante, o controlo comportamental esteve associado a menos problemas externalizados, enquanto o controlo severo e o controlo psicológico apresentaram associações positivas com estes problemas (Pinquart, 2017).

Assim, o controlo comportamental, quando envolve regras claras, monitorização e disciplina eficaz, pode proporcionar às crianças uma estrutura que facilita a autorregulação e orienta o comportamento de acordo com as normas sociais. No caso dos problemas internalizados, a monitorização poderá ainda permitir aos pais identificar dificuldades e disponibilizar apoio perante situações problemáticas (Pinquart, 2016). Pelo contrário, o controlo severo, que envolve práticas como punição física ou verbal e intrusividade, poderá contribuir para problemas internalizados ao aumentar experiências emocionais negativas e dificultar a regulação emocional. O controlo psicológico, por sua vez, ao interferir com a experiência emocional e psicológica da criança, poderá favorecer sentimentos de culpa, vergonha ou desvalorização e reduzir a perceção de autonomia e competência, contribuindo para dificuldades internalizadas (Pinquart, 2016).

No caso dos problemas externalizados, o recurso a estratégias severas ou coercivas poderá favorecer a aprendizagem de formas agressivas de interação ou reforçar inadvertidamente comportamentos problemáticos. De forma semelhante, o controlo psicológico poderá desencadear respostas de oposição quando interfere com a necessidade de autonomia da criança, podendo contribuir para comportamentos agressivos, de oposição ou de transgressão de normas (Pinquart, 2017). Assim, enquanto o controlo comportamental a um nível moderado parece exercer uma função de estruturação e regulação do comportamento, formas de controlo mais coercivas ou intrusivas poderão estar associadas a dificuldades no ajustamento comportamental.

**Burnout Parental e Controlo Parental**

A literatura tem procurado compreender como o BP se relaciona com diferentes formas de controlo parental. Embora esta relação tenha sido estudada de forma ainda pouco extensa, os resultados disponíveis sugerem uma associação entre o BP e um maior recurso a estratégias de controlo. Mikkonen et al. (2023), por exemplo, verificaram que os níveis de BP diferiam entre estilos parentais caracterizados por diferentes combinações de suporte, controlo comportamental e controlo psicológico, sendo mais elevados em alguns dos estilos caracterizados por maior controlo e menor suporte parental.

Guo et al. (2024) encontraram uma associação positiva entre o BP e o controlo psicológico, juntamente com a negligência parental. De forma semelhante, Wang et al. (2023) identificaram uma associação positiva entre o BP e o controlo psicológico, tendo este mediado a relação entre o BP e alguns indicadores do desenvolvimento dos adolescentes. Mais recentemente, Zhou et al. (2025) observaram que a associação entre o BP e os problemas internalizados dos adolescentes poderia ser parcialmente mediada pelo controlo psicológico. Nestes estudos, o controlo psicológico foi avaliado a partir da perceção dos filhos adolescentes, considerando práticas como a indução de culpa perante o incumprimento das expectativas parentais, a retirada de afeto através de frieza e distanciamento perante comportamentos desaprovados, e a afirmação da autoridade, expressa pela imposição das preferências e decisões parentais como sendo inequivocamente mais adequadas. Estes resultados sugerem que, perante a diminuição dos recursos disponíveis para responder às exigências parentais, o BP poderá estar relacionado com um maior recurso a estratégias intrusivas de regulação dos filhos.

No que diz respeito à relação entre o BP e o controlo comportamental, a evidência disponível é mais limitada, tendo os estudos analisado práticas diversificadas de regulação do comportamento dos filhos. An et al. (2021) encontraram uma associação positiva entre o BP e o controlo comportamental, tendo este constituído um mediador parcial da relação entre o BP e o desempenho académico das crianças. Neste estudo, o controlo comportamental foi avaliado através de práticas de disciplina e punição, incluindo estratégias como a atribuição de tarefas como castigo e o castigo físico. Ademais, Zhang et al. (2023) verificaram uma associação positiva entre o BP e a disciplina parental severa, avaliada através de práticas de agressão psicológica e punição corporal. Assim, apesar da evidência sobre o controlo comportamental ser ainda mais limitada do que a existente para o controlo psicológico e variada a nível das

estratégias consideradas, os estudos apontam para uma associação entre o BP e formas mais rígidas ou severas de controlo do comportamento dos filhos.

## O Presente Estudo

A investigação tem evidenciado uma associação entre o BP e problemas de ajustamento das crianças e adolescentes, nomeadamente problemas internalizados e externalizados. Para compreender os processos subjacentes a esta relação, alguns estudos têm sugerido que o impacto do BP poderá ocorrer, pelo menos em parte, através das práticas adotadas pelos pais. Entre estas, o controlo parental constitui uma dimensão particularmente relevante, uma vez que diferentes formas de controlo, nomeadamente o controlo psicológico e formas mais coercivas de controlo comportamental, têm sido associadas quer ao BP, quer a problemas de ajustamento dos filhos.

Apesar do crescente interesse pelo papel das práticas parentais como possíveis mediadores nesta relação, a evidência permanece ainda limitada. Em particular, são ainda poucos os estudos que analisam especificamente o papel das diferentes formas de controlo parental na associação entre o BP e os problemas internalizados e externalizados das crianças e adolescentes.

Além disso, a investigação parece centrar-se sobretudo nos adolescentes, pelo que o presente estudo procurou abranger uma faixa etária mais ampla, incluindo crianças e adolescentes dos 4 aos 18 anos. Optou-se por não incluir crianças dos 1 aos 3 anos, uma vez que esta fase é marcada por rápidas mudanças desenvolvimentais, tornando mais complexa a distinção entre comportamentos normativos e dificuldades socioemocionais e comportamentais e exigindo uma avaliação particularmente sensível ao nível de desenvolvimento e ao contexto relacional (Carter et al., 2004). Estas especificidades podem também influenciar a forma como as práticas de controlo parental são exercidas.

É neste contexto que se insere o presente estudo, que tem como principal objetivo analisar a relação entre o BP e os problemas internalizados e externalizados das crianças e adolescentes, explorando o papel mediador do controlo psicológico e do controlo comportamental exercido pelos pais. Para este fim foram formuladas as seguintes hipóteses:

**Hipótese 1.** O Burnout Parental estará positivamente associado aos Problemas Internalizados e Externalizados.

**Hipótese 2.** O Burnout Parental estará positivamente associado à utilização de Controlo Psicológico e de Controlo Comportamental pelos pais.

**Hipótese 3.** O Controlo Psicológico mediará a relação entre o Burnout Parental e os Problemas Internalizados e Externalizados.

**Hipótese 4.** O Controlo Comportamental mediará a relação entre o Burnout Parental e os Problemas Internalizados e Externalizados.

## Método

### Procedimento de recolha de dados

Os dados utilizados no presente estudo foram recolhidos no âmbito da *International Investigation of Parental Burnout Consortium*, uma rede de investigadores de 50 países, que em 2024, iniciou uma recolha de dados global, que visava investigar a validade concetual, prevalência global e variações interculturais do BP.

A recolha de dados em Portugal decorreu entre julho de 2024 e abril de 2025. O procedimento e o protocolo de recolha foram aprovados pela Comissão de Ética da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto (Anexo A). O tratamento dos dados foi realizado em conformidade com os requisitos estabelecidos pelo Regulamento Geral sobre a Proteção de Dados (RGPD).

O protocolo de investigação foi inicialmente desenvolvido em inglês, tendo sido posteriormente adaptado para português. Para os instrumentos que dispunham de versões portuguesas previamente validadas, foram utilizadas essas versões. Nos casos em que não existiam instrumentos validados para a população portuguesa, recorreu-se a um procedimento de tradução e retroversão. As versões traduzidas foram posteriormente analisadas e discutidas por um painel de três especialistas na área, que, em consenso, definiu as versões finais dos instrumentos. Antes da aplicação do protocolo, este foi pré-testado com um pequeno grupo de pais ($n$ = 4), com o objetivo de avaliar e melhorar a clareza e a compreensão dos itens.

O protocolo final foi disponibilizado em formato digital, através da plataforma LimeSurvey, e o seu preenchimento tinha uma duração aproximada de 30 minutos. A participação destinava-se a indivíduos residentes em Portugal, com idade superior a 18 anos, que fossem pais ou figuras parentais de, pelo menos, uma criança com menos de 18 anos a

residir no mesmo agregado familiar. No início do questionário, era apresentada aos participantes uma breve descrição do tema e dos objetivos da investigação. De forma a reduzir o risco de viés de seleção, o estudo era apresentado como uma investigação sobre experiências e vivências de parentalidade em Portugal, incluindo tanto experiências positivas como negativas. Eram ainda fornecidas instruções gerais para o preenchimento e asseguradas a confidencialidade e o anonimato dos participantes. O acesso ao questionário estava condicionado à leitura e aceitação do formulário de consentimento informado.

O recrutamento dos participantes foi realizado através da divulgação física e digital de folhetos contendo um código QR, que permitia o acesso direto ao questionário *online*. A divulgação em formato digital incluiu a partilha do *link* do questionário através das redes sociais (Facebook, Instagram, WhatsApp e LinkedIn) e o contacto por email com escolas. Nestes contextos, era também solicitado aos destinatários que partilhassem o *link* com outras pessoas que cumprissem os critérios de participação.

Paralelamente, a divulgação presencial foi realizada sobretudo através do passa-palavra e da distribuição de folhetos em locais que poderiam ser frequentados por pais, nomeadamente clínicas, escolas, atividades desportivas e recreativas. A seleção destes locais teve por base a possibilidade de os pais disporem de tempo e condições adequadas para o preenchimento do questionário. Estas estratégias, correspondem a uma amostragem não probabilística por conveniência, e permitiram alcançar o número de participantes necessário para a realização das análises estatísticas.

**Participantes**

A base de dados utilizada neste estudo era inicialmente constituída por um total de 314 respostas. Para garantir a inclusão de dados relevantes para os objetivos deste estudo, realizou-se um processo sistemático de filtragem. A primeira etapa deste processo consistiu na eliminação de 60 casos, devido à ausência de respostas às escalas que avaliam o Controlo Psicológico e o Controlo Comportamental e de 59 casos de participantes que responderam apenas à *Brief Infant-Toddler Social and Emotional Assessment* (BITSEA), uma vez que esta escala se destina à avaliação de crianças entre os 1 e 3 anos de idade, não abrangendo a faixa etária definida no presente estudo (4 aos 18 anos), tendo sido considerados apenas os participantes com respostas ao *Strengths and Difficulties Questionnaire* (SDQ).

Após a conclusão deste processo, a amostra final ficou constituída por 195 respostas, que incluíam 79 pais (40.5 %) e 116 mães (59.5%), com idades compreendidas entre os 23 e os 61 anos (*M*= 43.68; *DP*=6.27). A maioria dos participantes revela um nível de qualificação de educação superior (*n* =104; 53.3%), estão atualmente empregados (*n* =183; 93.8%) e passam, em média, 8.25 horas por dia no trabalho (*DP* =1.90). Têm dois filhos biológicos (*n* =104; 53.3%), vivem numa casa com dois filhos (*n* =104; 53.3%), possuem uma configuração familiar biparental (*n* =159; 81.5%) e passam, em média, 5.02 horas por dia com os seus filhos (*DP* = 2.55). A idade média do filho identificado como mais desafiante em termos comportamentais foi de 10.64 anos (*DP* = 4.33), variando entre os 4 e 18 anos. Informações mais detalhadas encontram-se na tabela 1.

**Tabela 1**
*Estatísticas descritivas das variáveis sociodemográficas*

| **Variável** | **Média** | **DP** | **Frequência** | **%** |
|---|---|---|---|---|
| Idade | 43.68 | 6.27 | | |
| Género | | | | |
| Masculino | | | 79 | 40.5 |
| Feminino | | | 116 | 59.5 |
| Nível de escolaridade em anos | | | | |
| 0 a 6 anos | | | 5 | 2.6 |
| 6 a 12 anos | | | 49 | 25.1 |
| 12 a 15 anos | | | 37 | 19.0 |
| Mais de 15 anos | | | 104 | 53.3 |
| Situação profissional | | | | |
| Empregados | | | 183 | 93.8 |
| Desempregados | | | 12 | 6.2 |
| Número de filhos biológicos | | | | |
| 0 | | | 3 | 1.5 |
| 1 | | | 71 | 36.4 |
| 2 | | | 104 | 53.3 |
| 3 | | | 13 | 6.7 |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 4 | | | 2 | 1.0 |
| 5 | | | 2 | 1.0 |
| Número de filhos no agregado familiar | | | | |
| 1 | | | 77 | 39.5 |
| 2 | | | 104 | 53.3 |
| 3 | | | 12 | 6.2 |
| 4 | | | 1 | 0.5 |
| 5 | | | 1 | 0.5 |
| Configuração familiar | | | | |
| Biparental | | | 159 | 81.5 |
| Monoparental | | | 16 | 8.2 |
| Família recomposta | | | 14 | 7.2 |
| Multigeracional | | | 4 | 2.1 |
| Outra | | | 2 | 1.0 |
| Horas diárias passadas no trabalho | 8.25 | 1.90 | | |
| Horas diárias passadas com os filhos | 5.02 | 2.55 | | |
| Idade do filho mais desafiante | 10.64 | 4.33 | | |

## Instrumentos

### *Características Sociodemográficas*

Para a caracterização dos participantes, o questionário incluía uma secção destinada à recolha de dados sociodemográficos e do contexto familiar. Para efeitos da presente investigação, foram consideradas as variáveis relativas à idade, género, nível de escolaridade, situação profissional, número médio de horas passadas diariamente no trabalho, número de filhos biológicos, número de filhos a residir no agregado familiar, configuração familiar, número médio de horas passadas diariamente com os filhos, e a idade do filho identificado como mais desafiante a nível comportamental.

### *Parental Burnout Assessment Scale*

A *Parental Burnout Assessment* (PBA; Roskam et al., 2018; versão portuguesa: Matias et al., 2020) é uma escala destinada à avaliação do Burnout Parental. É constituída por 23 itens, organizados em quatro subescalas que avaliam as diferentes dimensões desse construto: exaustão (9 itens; e.g., "O meu papel parental esgota todas as minhas forças"), contraste (6 itens; e.g., "Não tenho mais orgulho de mim próprio/a enquanto pai/mãe"), saturação (5 itens; e.g., "Eu não aguento mais o meu papel de pai/mãe") e distanciamento (3 itens; e.g., "Faço o mínimo que é suposto fazer para o/a(s) meu/minha(s) filho/a(s), mas não mais que isso"). Os itens são respondidos numa escala de Likert de 7 pontos, que varia entre 1 (*nunca*) e 7 (*diariamente*), tendo em conta a frequência com que os participantes experienciam esses sentimentos.

O resultado total da escala foi calculado através da média das respostas dos participantes aos 23 itens. No presente estudo, a consistência interna da escala foi avaliada através do coeficiente alpha de Cronbach, tendo-se obtido um valor excelente ($\alpha = .93$).

### *Strengths and Difficulties Questionnaire*

O *Strengths and Difficulties Questionnaire* (SDQ; Goodman, 1997; versão portuguesa: Fleitlich et al., 2005), é um instrumento de rastreio de dificuldades comportamentais e emocionais para crianças e adolescentes com idades compreendidas entre os 4 e os 18 anos. É constituído por 25 itens (e.g., "É irrequieto/a, muito mexido/a, nunca para quieto/a"), distribuídos por cinco dimensões: Sintomas Emocionais, Problemas de Comportamento, Hiperatividade, Problemas de Relacionamento com os Colegas e Comportamento Pró-social, cada uma composta por cinco itens. No caso de participantes com mais do que um filho, responderam aos itens com base no comportamento da criança/adolescente considerado mais desafiante na sua família, nos últimos seis meses, numa escala de Likert de 3 pontos, que varia entre 1 (*Nada verdade/Raramente acontece*) e 3 (*Totalmente verdade/Acontece frequentemente*).

De acordo com Goodman et al. (2010), as dimensões de Sintomas Emocionais e Problemas de Relacionamento com os Colegas podem ser agrupadas num índice de Problemas Internalizados, enquanto os Problemas de Comportamento e Hiperatividade podem ser agrupados num índice de Problemas Externalizados, em populações de baixo risco. Assim, no presente estudo, foram considerados estes índices, constituídos por 10 itens cada.

No presente estudo, a consistência interna das dimensões foi avaliada através do coeficiente alpha de Cronbach, tendo-se obtido valores de consistência interna aceitável para ambas as dimensões: α = .75 para os Problemas Externalizados e α = .71 para os Problemas Internalizados.

### *Psychological Control – Disrespect Scale*

A *Psychological Control–Disrespect Scale* (PCDS; Barber et al., 2012), na versão adaptada para o presente estudo, foi utilizada para avaliar o controlo psicológico exercido pelos pais. A escala é constituída por 7 itens (e.g., "Tento que os meus filhos se sintam culpados por algo que fizeram ou deveriam ter feito"), que são respondidos numa escala de Likert de 5 pontos, que varia entre 1 (*Nada parecido comigo*) e 5 (*Exatamente como eu*). Ao contrário da versão original, na qual os itens são respondidos pelos adolescentes relativamente aos comportamentos dos seus pais, no presente estudo os itens foram adaptados para que os próprios pais respondessem acerca dos comportamentos que adotavam relativamente aos seus filhos. Inicialmente, foi avaliada a consistência interna da escala através do coeficiente alpha de Cronbach, tendo-se obtido um valor insatisfatório (α = .42).

Face a isto, a estrutura da medida foi posteriormente explorada através de uma Análise Fatorial Exploratória (AFE). Inicialmente, foram considerados os sete itens, tendo o item 1 sido excluído por apresentar cargas fatoriais reduzidas e semelhantes nos dois fatores (.209 e .224) e baixa comunalidade (.132). A AFE dos seis itens restantes apresentou adequação aceitável dos dados (KMO = .652; teste de esfericidade de Bartlett: $\chi^2(15) = 64.583$, $p < .001$), utilizando extração por Máxima Verossimilhança e rotação Oblimin. Foram identificados dois fatores. Com base no conteúdo dos itens, o primeiro fator, constituído pelos itens 2, 3, 4 e 7, foi denominado "Depreciação e Rejeição" (α =.47) (e.g., "Ignoro os meus filhos (por exemplo, afastando-me, não lhes prestando atenção, etc.)"), e o segundo, constituído pelos itens 5 e 6, "Comparação e Exigência" (α =.30) (e.g. "Espero muito dos meus filhos (por exemplo, ser uma pessoa melhor, pensar diferente, ter um desempenho melhor na escola, etc.)"). Embora a consistência interna destes fatores tenha permanecido reduzida, estes foram utilizados nas análises subsequentes enquanto dimensões exploratórias, assim, os resultados devem ser interpretados com cautela.

### *Child Rearing Practices Report*

Para avaliar as práticas parentais de controlo comportamental, foi utilizada uma adaptação do *Child Rearing Practices Report* (CRPR; Roberts et al., 1984; Aunola & Nurmi, 2005), constituída por 5 itens, que eram respondidos numa escala de Likert de 5 pontos, que varia entre 1 (*Nada parecido comigo*) e 5 (*Exatamente como eu*). Quando o participante indicava que a prática descrita no item se aplicava a si (i.e., resposta superior a 1), era apresentada uma questão condicional destinada a identificar como essa prática era concretizada, na qual, podia selecionar as estratégias que utilizava para regular o comportamento dos filhos.

As estratégias apresentadas nas questões condicionais foram classificadas por especialistas, com base na distinção proposta por Baumrind (2012) entre controlo confrontativo e controlo coercivo. O controlo confrontativo refere-se a formas de regulação do comportamento que envolvem orientação, explicação e definição de limites, enquanto o controlo coercivo envolve a imposição de poder e o recurso a estratégias de pressão ou punição. Por exemplo, no item principal "Se os meus filhos se comportam mal de forma persistente ou desafiadora, eu castigo-os", entre as estratégias apresentadas, "Pedindo que eles façam algo concreto ou simbólico para reparar os danos (como consertar o objeto que danificaram ou pedir desculpas a alguém que magoaram)" foi classificada como confrontativa, enquanto "Sacudindo-os, magoando-os ou corrigindo-os fisicamente" foi classificada como coerciva.

No presente estudo, o controlo comportamental foi, assim, operacionalizado através destas duas formas, sendo calculados dois indicadores distintos: Controlo Comportamental Confrontativo e Controlo Comportamental Coercivo, a partir da soma das estratégias selecionadas pelos participantes de cada categoria (valores entre 0 e 18).

## Análises estatísticas

Os dados foram analisados com recurso ao software IBM SPSS Statistics (versão 31.0.2.0) e ao Jamovi (versão 2.7.34.0), sendo este último utilizado para as análises de mediação.

Para testar as associações entre o BP, as dimensões do controlo parental e os problemas internalizados e externalizados, foram calculados coeficientes de correlação de Pearson. A magnitude das correlações foi interpretada com base nos critérios estabelecidos por Cohen (1988), considerando-se que valores absolutos do coeficiente de correlação ($r$) compreendidos

entre .10 e .29 correspondem a correlações de magnitude fraca, entre .30 e .49 de magnitude moderada e entre .50 e 1.00 de magnitude forte.

As análises de mediação foram realizadas através de *Path Analysis*, recorrendo ao módulo pathj do Jamovi. Os parâmetros dos modelos foram estimados através do método de Máxima Verossimilhança, tendo sido estimados os efeitos total, direto e indireto. A significância dos efeitos indiretos foi avaliada através do método de *bootstrapping* com correção de enviesamento (*bias-corrected bootstrap*), utilizando intervalos de confiança de 95%, com 5000 reamostragens (*resamples*).

## Resultados

As estatísticas descritivas das variáveis utilizadas no presente estudo encontram-se detalhadas na tabela 2.

**Tabela 2**
*Estatísticas descritivas das variáveis em estudo*

| Variável | N | Média | DP | Mínimo | Máximo |
|---|---|---|---|---|---|
| Burnout Parental (BP) | 195 | 1.70 | 0.81 | 1.00 | 6.65 |
| Depreciação e Rejeição | 190 | 1.19 | 0.30 | 1.00 | 2.50 |
| Comparação e Exigência | 191 | 2.13 | 0.85 | 1.00 | 5.00 |
| Controlo Comportamental Coercivo | 138 | 2.23 | 1.59 | 1.00 | 9.00 |
| Controlo Comportamental Confrontativo | 195 | 9.64 | 3.49 | 1.00 | 18.00 |
| Problemas Externalizados | 195 | 1.61 | 0.34 | 1.00 | 2.60 |
| Problemas Internalizados | 195 | 1.44 | 0.30 | 1.00 | 2.50 |

### Correlações entre BP, Problemas Internalizados e Externalizados e Controlo Parental

Relativamente à Hipótese 1, de que o BP se encontraria positivamente associado aos Problemas Internalizados e Externalizados, os resultados evidenciaram uma associação positiva e de magnitude moderada entre o BP e os Problemas Externalizados, e uma associação positiva e de magnitude fraca entre o BP e os Problemas Internalizados.

Os resultados relativos à Hipótese 2, de que o BP estaria positivamente associado à utilização de Controlo Psicológico e de Controlo Comportamental pelos pais, demonstraram uma associação positiva e de magnitude moderada entre o BP e a dimensão Depreciação e Rejeição do Controlo Psicológico. No entanto, não foi observada uma associação significativa entre o BP e a dimensão Comparação e Exigência. Relativamente ao Controlo Comportamental, observou-se uma associação positiva e de magnitude fraca entre o BP e o Controlo Comportamental Confrontativo, em contrapartida, não foi encontrada uma associação significativa entre o BP e o Controlo Comportamental Coercivo.

Para além disso, verificou-se uma associação positiva e de magnitude fraca entre os Problemas Externalizados e os Problemas Internalizados. Foram ainda encontradas associações significativas entre algumas das dimensões do controlo parental, nomeadamente entre a Depreciação e Rejeição e a Comparação e Exigência do Controlo Psicológico, entre a Comparação e Exigência e o Controlo Comportamental Coercivo, e entre o Controlo Comportamental Coercivo e o Controlo Comportamental Confrontativo.

Os resultados das correlações encontram-se detalhados na tabela 3.

**Tabela 3**
*Correlações de Pearson entre as variáveis em estudo*

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1. Burnout Parental (BP) | 1 | - | - | - | - | - | - |
| 2. Depreciação e Rejeição | .32*** | 1 | - | - | - | - | - |
| 3. Comparação e Exigência | .02 | .18* | 1 | - | - | - | - |
| 4. Controlo Comportamental Coercivo | .05 | .12 | .25** | 1 | - | - | - |
| 5. Controlo Comportamental Confrontativo | .22** | .10 | .12 | .17* | 1 | - | - |
| 6. Problemas Externalizados | .36*** | .28*** | .01 | .06 | .15* | 1 | - |
| 7. Problemas Internalizados | .29*** | .16* | .13 | -.02 | .02 | .24*** | 1 |

*Nota.* *** $p < .001$ ** $p < .01$ * $p < .05$

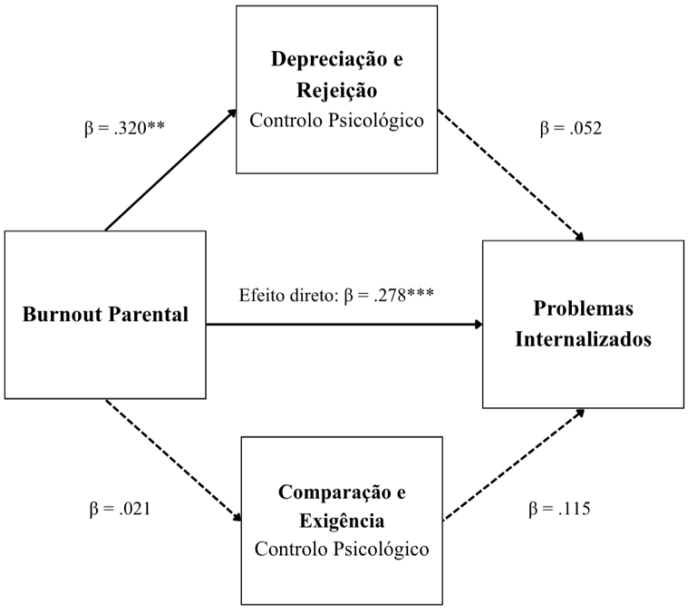
**Análise de Mediação do Controlo Psicológico na relação entre BP, Problemas Internalizados e Externalizados**

De forma a responder à Hipótese 3, foi testado um modelo de mediação paralela, no qual se analisou em simultâneo a relação do BP com os Problemas Internalizados e Externalizados, direta e indiretamente, através de duas dimensões do Controlo Psicológico, Depreciação e Rejeição e Comparação e Exigência. O modelo era saturado, pelo que não foram considerados interpretáveis os índices de ajustamento global e explicou 10.2% da variância da Depreciação e Rejeição, 0.0% da Comparação e Exigência, 10.6% dos Problemas Internalizados e 16.2% dos Problemas Externalizados. As duas dimensões do Controlo Psicológico correlacionaram-se significativamente entre si ($r$ = .178, $p$ = .012).

Para facilitar a apresentação dos resultados, os efeitos relativos aos Problemas Internalizados e aos Problemas Externalizados são descritos separadamente.

Os resultados indicaram que o BP se associou significativamente à dimensão Depreciação e Rejeição, B = 0.116, β = .320, $p$ = .004, IC 95% [0.051, 0.211]. Por outro lado, o BP não se associou significativamente à dimensão Comparação e Exigência, B = 0.022, β = .021, $p$ = .778, IC 95% [-0.133, 0.176]. Por sua vez, nem a Depreciação e Rejeição, B = 0.053, β = .052, $p$ = .544, IC 95% [-0.126, 0.216], nem a Comparação e Exigência, B = 0.041, β = .115, $p$ = .106, IC 95% [-0.007, 0.093], se associaram significativamente aos Problemas Internalizados. O efeito direto do BP sobre os Problemas Internalizados permaneceu significativo, B = 0.103, β = .278, $p$ < .001, IC 95% [0.055, 0.157], e os efeitos indiretos não foram significativos: Depreciação e Rejeição, B = 0.006, β = .017, $p$ = .549, IC 95% [-0.016, 0.026], e Comparação e Exigência, B = 0.001, β = .002, $p$ = .813, IC 95% [-0.004, 0.012]. Em ambos os casos, os intervalos de confiança incluíram o zero, não sustentando a existência de um efeito indireto significativo.

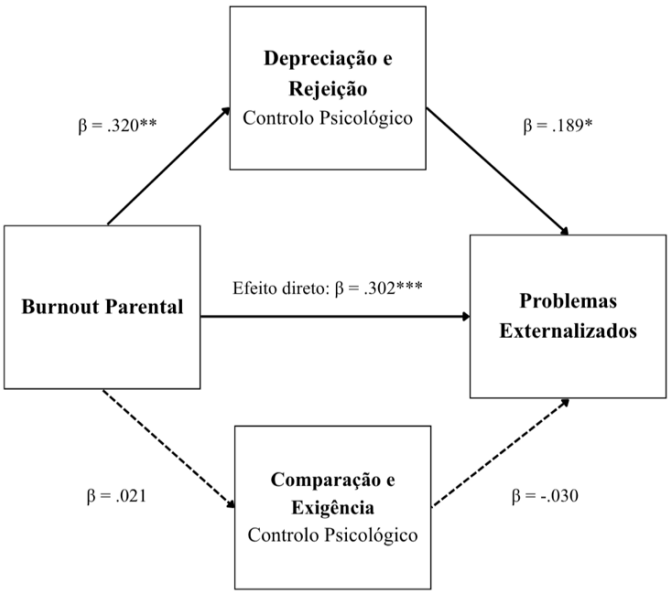
**Figura 1**
*Modelo de mediação do Controlo Psicológico na relação entre BP e Problemas Internalizados*




*Nota.* As linhas tracejadas correspondem a efeitos diretos não significativos.
*** $p < .001$ ** $p < .01$ * $p < .05$

Relativamente aos Problemas Externalizados, estes demonstraram uma associação significativa com a Depreciação e Rejeição B = 0.216, $\beta$ = .189, $p$ = .013, IC 95% [0.042, 0.382], o que não aconteceu com a Comparação e Exigência, B = -0.012, $\beta$ = -.030, $p$ = .644, IC 95% [-0.062, 0.039]. O efeito direto do BP sobre os Problemas Externalizados permaneceu significativo, B = 0.125, $\beta$ = .302, $p$ < .001, IC 95% [0.081, 0.183]. O efeito indireto do BP através da Depreciação e Rejeição foi significativo, B = 0.025, $\beta$ = .060, $p$ = .026, IC 95% [0.007, 0.054], já que o intervalo de confiança não inclui o zero, enquanto o efeito indireto através da Comparação e Exigência não o foi, B = 0.000, $\beta$ = -.001, $p$ = .910, IC 95% [-0.008, 0.003]. Uma vez que o efeito direto se manteve significativo, os resultados sugerem uma mediação parcial da Depreciação e Rejeição na relação entre o BP e os Problemas Externalizados.

**Figura 2**
*Modelo de mediação do Controlo Psicológico na relação entre BP e Problemas Externalizados*




*Nota.* As linhas tracejadas correspondem a efeitos diretos não significativos.
*** $p < .001$ ** $p < .01$ * $p < .05$

## Análise de Mediação do Controlo Comportamental na relação entre BP, Problemas Internalizados e Externalizados

De forma a responder à Hipótese 4, foi testado um modelo de mediação paralela, no qual se analisou em simultâneo a relação do BP com os Problemas Internalizados e Externalizados, direta e indiretamente, através de duas dimensões do Controlo Comportamental, o Controlo Comportamental Confrontativo e o Controlo Comportamental Coercivo. O modelo era saturado, pelo que não foram considerados interpretáveis os índices de ajustamento global e explicou 4.6% da variância do Controlo Comportamental Confrontativo, 0.2% do Controlo Comportamental Coercivo 9.4% dos Problemas Internalizados e 13.8% dos Problemas Externalizados. As duas formas de Controlo Comportamental ($r = .167$, $p = .057$) não se correlacionaram significativamente.

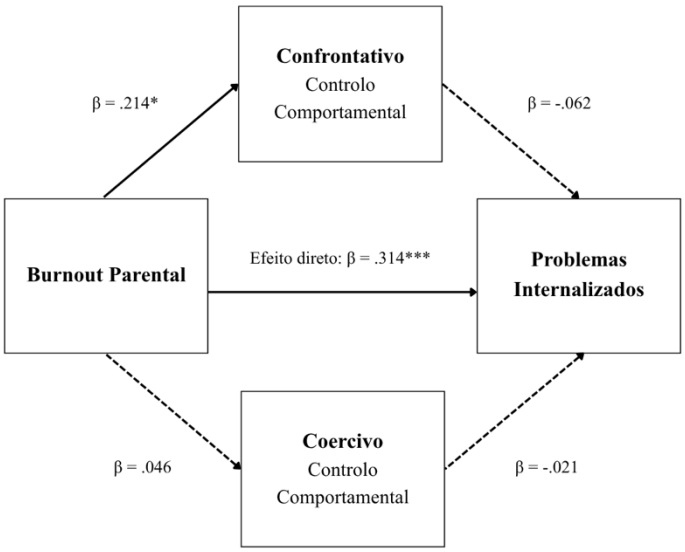
Para facilitar a apresentação dos resultados, os efeitos relativos aos Problemas Internalizados e aos Problemas Externalizados são descritos separadamente.

Os resultados indicaram que o BP se associou significativamente ao Controlo Comportamental Confrontativo, B = 0.880, $\beta = .214$, $p = .011$, IC 95% [0.246, 1.609]. Por outro lado, o BP não se associou significativamente ao Controlo Comportamental Coercivo, B = 0.086, $\beta = .046$, $p = .699$, IC 95% [-0.241, 0.661]. Por sua vez, nem o Controlo Comportamental

Confrontativo, B = -0.006, $\beta$ = -.062, $p$ = .450, IC 95% [-0.020, 0.010], nem o Controlo Comportamental Coercivo, B = -0.004, $\beta$ = -.021, $p$ = .789, IC 95% [-0.030, 0.032], se associaram significativamente aos Problemas Internalizados. O efeito direto do BP sobre os Problemas Internalizados permaneceu significativo, B = 0.119, $\beta$ = .314, $p$ < .001, IC 95% [0.070, 0.184], e os efeitos indiretos não foram significativos: Controlo Comportamental Confrontativo, B = -0.005, $\beta$ = -.013, $p$ = .510, IC 95% [-0.024, 0.008], e Controlo Comportamental Coercivo, B = 0.000, $\beta$ = -.001, $p$ = .923, IC 95% [-0.012, 0.004]. Em ambos os casos, os intervalos de confiança incluíram o zero, não sustentando a existência de um efeito indireto significativo.

**Figura 3**

*Modelo de mediação do Controlo Comportamental na relação entre BP e Problemas Internalizados*



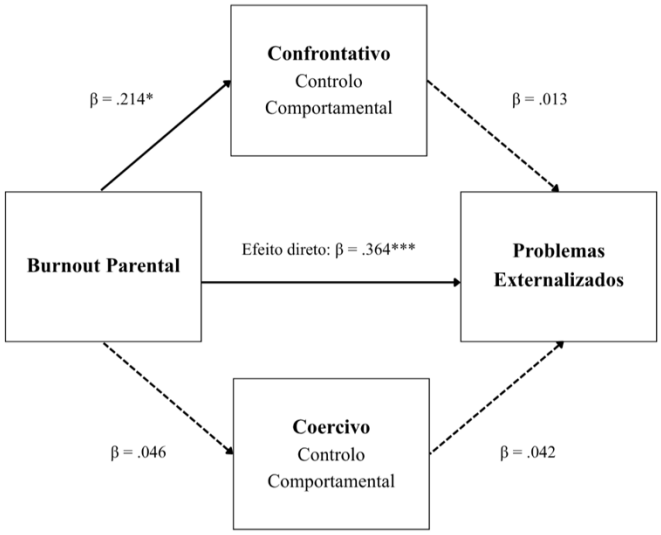

*Nota.* As linhas tracejadas correspondem a efeitos diretos não significativos.
*** $p$< .001 ** $p$< .01 * $p$< .05

Relativamente aos Problemas Externalizados, nem o Controlo Comportamental Confrontativo, B = 0.001, $\beta$ = .013, $p$ = .893, IC 95% [-0.016, 0.019], nem o Controlo Comportamental Coercivo, B = 0.009, $\beta$ = .042, $p$ = .637, IC 95% [-0.027, 0.049], se associaram significativamente a estes. O efeito direto do BP sobre os Problemas Externalizados permaneceu significativo, B = 0.143, $\beta$ = .364, $p$ < .001, IC 95% [0.092, 0.204], e os efeitos indiretos não foram significativos: Controlo Comportamental Confrontativo, B = 0.001, $\beta$ = .003, $p$ = .904, IC 95% [-0.014, 0.022], e Controlo Comportamental Coercivo, B = 0.001, $\beta$ =

.002, $p$ = .863, IC 95% [-0.004, 0.020]. Em ambos os casos, os intervalos de confiança incluíram o zero, não sustentando a existência de um efeito indireto significativo.

**Figura 4**

*Modelo de mediação do Controlo Comportamental na relação entre BP e Problemas Externalizados*




*Nota.* As linhas tracejadas correspondem a efeitos diretos não significativos.
*** $p$< .001 ** $p$< .01 * $p$< .05

## Análises Complementares

Foram ainda realizadas análises complementares, de natureza exploratória, para verificar se os padrões observados poderiam variar em função da idade dos filhos. Para esse efeito, as análises de mediação foram replicadas separadamente para dois grupos etários, correspondentes às crianças dos 4 aos 10 anos (Grupo 1, $n$ = 99) e dos 11 aos 18 anos (Grupo 2, $n$ = 96).

### *Análise de Mediação do Controlo Psicológico na relação entre BP, Problemas Internalizados e Externalizados, por grupo etário*

Os modelos apresentaram um ajustamento insatisfatório, não tendo a covariância residual entre as duas dimensões do Controlo Psicológico sido especificada. Para os Problemas Internalizados, $\chi^2(2) = 7.09$, p = .029, CFI = .884, RMSEA = .164 [.045, .302], SRMR = .048,

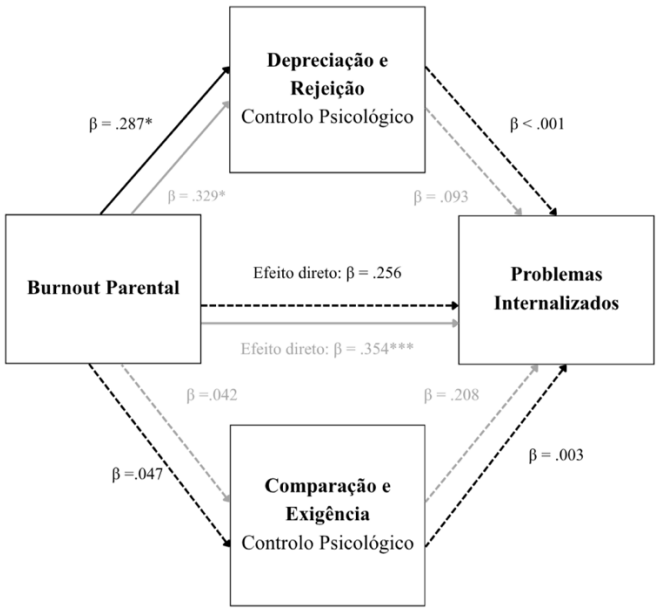
e para os Problemas Externalizados, $\chi^2(2) = 7.09$, $p = .029$, CFI = .889, RMSEA = .164 [.045, .302], SRMR = .049. No grupo dos 4 aos 10 anos, os modelos explicaram 10.8% da variância da Depreciação e Rejeição, 0.2% da Comparação e Exigência, 20.6% dos Problemas Internalizados e 17.0% dos Problemas Externalizados. No grupo dos 11 aos 18 anos, explicaram 8.3% da Depreciação e Rejeição, 0.2% da Comparação e Exigência, 6.5% dos Problemas Internalizados e 13.4% dos Problemas Externalizados.

Quando o Controlo Psicológico foi considerado como mediador da relação entre o BP e os Problemas Internalizados, verificou-se que o BP se associou significativamente à dimensão Depreciação e Rejeição em ambos os grupos etários, o que não aconteceu com a dimensão Comparação e Exigência. Relativamente à relação entre as dimensões do Controlo Psicológico e os Problemas Internalizados, nenhuma das duas dimensões apresentou uma associação significativa com estes, em nenhum dos grupos. Quanto à relação direta entre o BP e os Problemas Internalizados, esta foi significativa apenas no grupo dos 4 aos 10 anos.

Os efeitos indiretos do BP sobre os Problemas Internalizados através da Depreciação e Rejeição e da Comparação e Exigência não foram significativos em nenhum dos grupos etários. Os resultados detalhados encontram-se apresentados na tabela A1 do Apêndice.

**Figura 5**

*Modelo de mediação do Controlo Psicológico na relação entre BP e Problemas Internalizados, por grupo etário*

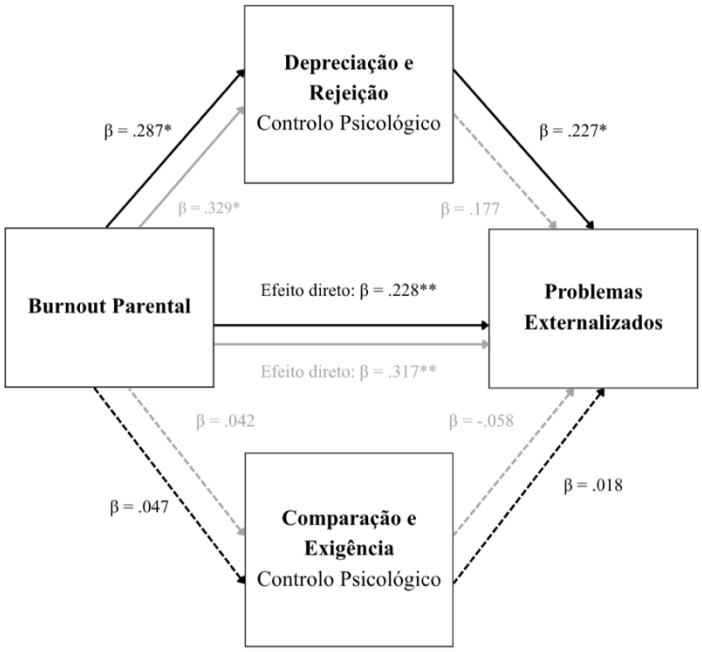


*Nota.* As setas em cinzento representam o Grupo 1 (4-10 anos) e as setas em preto o Grupo 2 (11-18 anos). As linhas tracejadas correspondem a efeitos diretos não significativos.
*** $p < .001$ ** $p < .01$ * $p < .05$

Quando o Controlo Psicológico foi considerado como mediador da relação entre o BP e os Problemas Externalizados, observou-se novamente uma associação significativa entre o BP e a dimensão Depreciação e Rejeição em ambos os grupos etários, enquanto a associação entre o BP e a Comparação e Exigência não foi significativa. No que diz respeito à relação entre as dimensões do Controlo Psicológico e os Problemas Externalizados, apenas no grupo dos 11 aos 18 anos, se verificou uma associação significativa entre a Depreciação e Rejeição e os Problemas Externalizados. A relação direta entre o BP e os Problemas Externalizados foi significativa em ambos os grupos etários.

Relativamente aos efeitos indiretos, não se verificou um efeito significativo do BP sobre os Problemas Externalizados através da Depreciação e Rejeição no grupo dos 4 aos 10 anos. No entanto, no grupo dos 11 aos 18 anos, este efeito indireto foi significativo, uma vez que o intervalo de confiança não incluiu o zero. O efeito indireto através da Comparação e Exigência não foi significativo em nenhum dos grupos. Os resultados detalhados encontram-se apresentados na tabela A2 do Apêndice.

**Figura 6**
*Modelo de mediação do Controlo Psicológico na relação entre BP e Problemas Externalizados, por grupo etário*



*Nota.* As setas em cinzento representam o Grupo 1 (4-10 anos) e as setas em preto o Grupo 2 (11-18 anos). As linhas tracejadas correspondem a efeitos diretos não significativos.
*** $p < .001$ ** $p < .01$ * $p < .05$

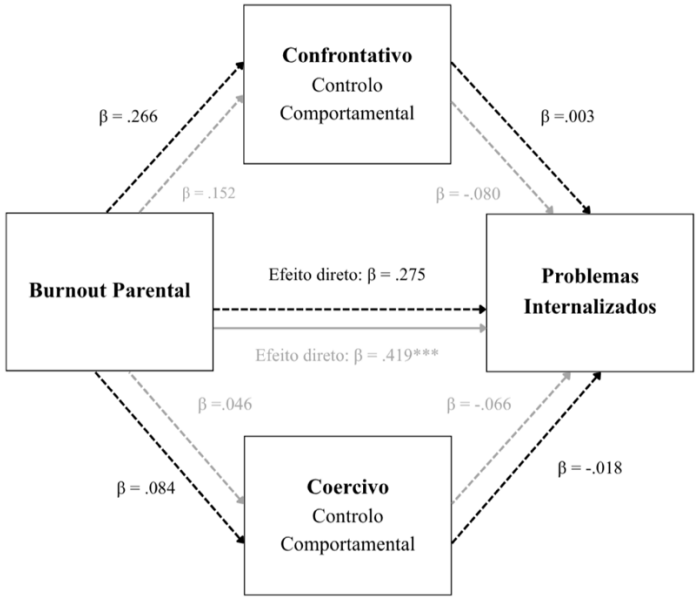
### *Análise de Mediação do Controlo Comportamental na relação entre BP, Problemas Internalizados e Externalizados, por grupo etário*

Os modelos apresentaram um ajustamento insatisfatório, não tendo a covariância residual entre as duas formas de Controlo Comportamental sido especificada. Para os Problemas Internalizados, $\chi^2(2) = 4.35$, p = .114, CFI = .874, RMSEA = .130 [.000, .302], SRMR = .045, e para os Problemas Externalizados, $\chi^2(2) = 4.35$, p = .114, CFI = .877, RMSEA = .130 [.000, .302], SRMR = .045. No grupo dos 4 aos 10 anos, os modelos explicaram 2.3% da variância do Controlo Comportamental Confrontativo, 0.2% do Controlo Comportamental Coercivo, 17.4% dos Problemas Internalizados e 11.8% dos Problemas Externalizados. No grupo dos 11 aos 18 anos, explicaram 7.1% do Confrontativo, 0.7% do Coercivo, 7.6% dos Problemas Internalizados e 15.1% dos Problemas Externalizados.

No modelo em que o Controlo Comportamental foi considerado como mediador da relação entre o BP e os Problemas Internalizados, não se verificaram associações significativas entre o BP e o Controlo Comportamental Confrontativo ou o Controlo Comportamental Coercivo em nenhum dos grupos etários. Do mesmo modo, nenhuma das duas formas de Controlo Comportamental apresentou uma associação significativa com os Problemas Internalizados em qualquer um dos grupos.

Relativamente à relação direta entre o BP e os Problemas Internalizados, esta foi significativa apenas no grupo dos 4 aos 10 anos. Não se verificaram efeitos indiretos significativos do BP sobre os Problemas Internalizados através do Controlo Comportamental Confrontativo ou do Controlo Comportamental Coercivo em nenhum dos grupos etários. Os resultados detalhados encontram-se apresentados na tabela A3 do Apêndice.

**Figura 7**
*Modelo de mediação do Controlo Comportamental na relação entre BP e Problemas Internalizados, por grupo etário*

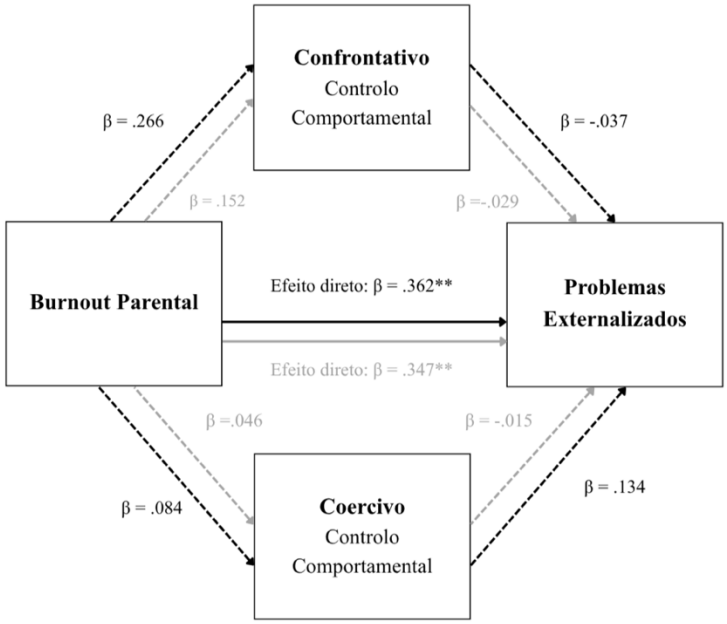



*Nota.* As setas em cinzento representam o Grupo 1 (4-10 anos) e as setas em preto o Grupo 2 (11-18 anos). As linhas tracejadas correspondem a efeitos diretos não significativos.
*** $p < .001$ ** $p < .01$ * $p < .05$

Por fim, quando o Controlo Comportamental foi considerado como mediador da relação entre o BP e os Problemas Externalizados, não se verificaram associações significativas entre o BP e o Controlo Comportamental Confrontativo ou o Controlo Comportamental Coercivo em nenhum dos grupos etários. De maneira semelhante, nenhuma das duas formas de Controlo Comportamental apresentou uma associação significativa com os Problemas Externalizados em qualquer um dos grupos.

Em ambos os grupos etários, verificou-se, contudo, uma associação direta significativa entre o BP e os Problemas Externalizados. Apesar disso, não foram observados efeitos indiretos significativos do BP sobre os Problemas Externalizados através do Controlo Comportamental Confrontativo ou do Controlo Comportamental Coercivo em nenhum dos grupos. Os resultados detalhados encontram-se apresentados na tabela A4 do Apêndice.

**Figura 8**
*Modelo de mediação do Controlo Comportamental na relação entre BP e Problemas Externalizados, por grupo etário*




*Nota.* As setas em cinzento representam o Grupo 1 (4-10 anos) e as setas em preto o Grupo 2 (11-18 anos). As linhas tracejadas correspondem a efeitos diretos não significativos.
*** $p < .001$ ** $p < .01$ * $p < .05$

## Discussão

O presente estudo teve como objetivo analisar a relação entre o BP e os problemas internalizados e externalizados das crianças e adolescentes, explorando o papel mediador do controlo psicológico e do controlo comportamental exercido pelos pais.

Como antecipado (Hipótese 1), os resultados demonstraram que o BP se encontra positiva e significativamente associado tanto aos problemas externalizados como aos problemas internalizados das crianças e adolescentes. Este resultado é consistente com a investigação que tem identificado associações entre o BP e ambos os tipos de problemas (e.g., Ping et al., 2023; Yuan et al., 2022; Woine et al., 2024; Suarez & Yakupova, 2026), e reforça a evidência de que as implicações do BP poderão ultrapassar o funcionamento individual dos pais e estar relacionadas também com o funcionamento emocional e comportamental dos filhos. A associação observada foi, ainda, ligeiramente mais forte para os problemas externalizados do que para os internalizados, padrão também observado em Chen et al. (2022) e Woine et al. (2024). Tendo em conta o desenho transversal do presente estudo, estes resultados devem, contudo, ser interpretados com cautela quanto à direção da associação. Embora o BP possa contribuir para os problemas de ajustamento dos filhos, estes poderão também aumentar as exigências percebidas pelos pais e contribuir para o seu esgotamento. Efetivamente, a

investigação longitudinal tem sugerido relações bidirecionais e transacionais entre o BP e os problemas internalizados e externalizados das crianças, evidenciando que os efeitos podem ocorrer em ambas as direções e contribuir para ciclos recíprocos, nos quais o BP e as dificuldades comportamentais das crianças se exacerbam mutuamente ao longo do tempo (Woine et al., 2026).

Relativamente à Hipótese 2, que previa uma associação positiva entre o BP e práticas de controlo psicológico e comportamental, os resultados revelaram um padrão diferenciado entre as dimensões avaliadas. O BP apresentou uma associação positiva e significativa com a dimensão de Depreciação e Rejeição do controlo psicológico, mas não com a dimensão de Comparação e Exigência. No controlo comportamental, verificou-se uma associação positiva com o Controlo Comportamental Confrontativo, mas não com o Controlo Comportamental Coercivo. Assim, a hipótese recebeu apenas suporte parcial.

A associação entre o BP e a Depreciação e Rejeição é consistente com estudos que têm relacionado o BP com práticas parentais negativas e, especificamente, com o controlo psicológico (Guo et al., 2024; Wang et al., 2023; Zhou et al., 2025). Considerando que o BP envolve exaustão e distanciamento emocional, uma possível explicação para esta associação, é que os pais possam tornar-se menos envolvidos na parentalidade e na relação com os filhos e apresentam maiores dificuldade em manter formas de interação ajustadas (Mikolajczak et al., 2018; Mikolajczak et al., 2019), o que poderá, assim, favorecer o recurso a formas de interação mais rígidas ou controladoras, nomeadamente ao controlo psicológico (Guo et al., 2024; Wang et al., 2023; Zhou et al., 2025).

A ausência de associação com a Comparação e Exigência poderá estar relacionada com a diferença entre as práticas avaliadas em cada dimensão. Enquanto a Depreciação e Rejeição incluiu itens relativos a comportamentos como envergonhar, culpabilizar, favorecer outras pessoas e ignorar os filhos, a Comparação e Exigência foi constituída por itens relacionados com expectativas elevadas e comparação com outras pessoas. Embora ambas tenham sido operacionalizadas como formas de controlo psicológico, a primeira dimensão poderá aproximar-se mais das formas de controlo psicológico que têm vindo a ser associadas ao BP, como a indução de culpa e a retirada de afeto. Por outro lado, o estabelecimento de expectativas elevadas e a comparação dos filhos poderão ser práticas menos sensíveis às alterações na qualidade da interação parental associadas ao BP. Esta interpretação deve, contudo, ter em conta as limitações da medida, uma vez que as dimensões resultaram de uma AFE. Além disso a

Comparação e Exigência é constituída apenas por dois itens e ambas as dimensões apresentaram baixa consistência interna. Acresce que a medida foi adaptada de um instrumento originalmente desenvolvido para avaliar o controlo psicológico percecionado pelos adolescentes e aplicada, no presente estudo, através do relato parental, não estando também validada para a população portuguesa.

No que diz respeito ao controlo comportamental, a associação positiva com o Controlo Comportamental Confrontativo não correspondeu ao padrão inicialmente esperado, sendo que a literatura disponível apontava sobretudo para associações entre o BP e formas mais rígidas ou severas de controlo comportamental, incluindo práticas punitivas e disciplina severa (An et al., 2021; Zhang et al., 2023).

No presente estudo, a distinção entre controlo confrontativo e coercivo (Baumrind, 2012) procurou diferenciar, respetivamente, estratégias de regulação do comportamento baseadas no estabelecimento de regras, explicação de expectativas, consequências e reparação, de estratégias mais arbitrárias e dominadoras. Assim, a associação entre o BP e o Controlo Comportamental Confrontativo, poderá refletir uma maior necessidade ou frequência de estabelecimento de regras, limites e atribuição de consequências perante maiores exigências sentidas na parentalidade, sem que isso implique necessariamente recurso a estratégias coercivas. Neste sentido, a associação encontrada poderá refletir não tanto uma alteração na forma como exercem o controlo comportamental, mas uma maior necessidade percebida de regular o comportamento dos filhos.

Estes resultados poderão ainda estar relacionados com o facto de a utilização de práticas coercivas poder ser pouco frequente na presente amostra de conveniência, reduzindo a variabilidade necessária para identificar associações. Além disso, o número de respostas para o Controlo Comportamental Coercivo foi inferior ao da amostra total, devido à natureza condicional dos itens, o que poderá ter reduzido a capacidade para detetar efeitos de pequena magnitude. A desejabilidade social poderá também ter influenciado o autorrelato de práticas particularmente sensíveis, como humilhação ou correção física.

As Hipóteses 3 e 4 previam que o controlo psicológico e o controlo comportamental constituíssem mediadores da relação entre o BP e os problemas internalizados e externalizados. Os resultados forneceram suporte apenas para um efeito indireto do BP sobre os Problemas Externalizados através da Depreciação e Rejeição. Uma vez que a associação direta entre o BP

e os Problemas Externalizados permaneceu significativa, este resultado sugere uma mediação parcial, e é consistente com a literatura que tem identificado práticas parentais como possíveis mediadores da relação entre o BP e o ajustamento dos filhos (e.g., Chen et al., 2022; Yuan et al., 2022; Wang et al., 2023; Guo et al., 2024).

Como mencionado anteriormente, o BP, ao estar associado à exaustão e a menor disponibilidade emocional, poderá favorecer um maior recurso a práticas de controlo psicológico. A dimensão de Depreciação e Rejeição avaliada no presente estudo incluiu comportamentos como a humilhação, a indução de culpa e o afastamento dos filhos. Como citado por Pinquart (2017) e Yan et al. (2020) estas práticas caracterizam-se pela sua natureza emocionalmente manipuladora e inibidora da autonomia, podendo interferir com a individualidade dos filhos e com a possibilidade de expressarem livremente as suas perspetivas sem receio de rejeição ou abandono. Esta experiência poderá também comprometer a confiança na relação com os pais e, ao frustrar a necessidade de autonomia, favorecer respostas de oposição e desafio, agressividade e transgressão de normas (Pinquart, 2017; Yan et al., 2020). Importa ainda considerar que este efeito indireto foi significativo entre os 11 e os 18 anos, mas não entre os 4 e os 10 anos, nas análises complementares. Este padrão poderá ser particularmente relevante à luz das mudanças próprias da adolescência, marcada por uma crescente procura de autonomia, independência e diferenciação face aos pais. Nesta fase, a interferência na expressão individual e na autonomia poderá assumir maior saliência, tornando o controlo psicológico potencialmente mais problemático (Yan et al., 2020).

De forma consistente, Pinquart (2017) verificou que as associações entre práticas parentais problemáticas, incluindo o controlo psicológico, e os problemas externalizados tendem a ser mais fortes em crianças e adolescentes mais velhos, sugerindo que a crescente autonomia e a avaliação mais crítica dos comportamentos parentais poderão contribuir para esta maior sensibilidade. Assim, a maior relevância desta via nos adolescentes poderá refletir a importância que práticas que afetam a individualidade e autonomia assumem nesta fase do desenvolvimento. Contudo, dado que não foi testada formalmente a diferença entre os grupos etários, não é possível concluir que o efeito indireto seja estatisticamente mais forte na adolescência, e além disso os modelos de mediação destas análises apresentaram um ajustamento insatisfatório. Este resultado deverá, assim, ser entendido com cautela e como uma indicação de que a idade poderá ser relevante na compreensão desta relação, a explorar em estudos futuros.

A ausência de efeito indireto sobre os Problemas internalizados através da Depreciação e Rejeição merece igualmente consideração. Este resultado contrasta, por exemplo, com Zhou et al. (2025), que observaram que o controlo psicológico contribuía para explicar a relação entre BP e problemas internalizados dos adolescentes. Uma possível explicação relaciona-se com diferenças na avaliação do controlo psicológico. Nos estudos de Wang et al. (2023), Guo et al. (2024) e Zhou et al. (2025), o controlo psicológico foi avaliado através do relato dos adolescentes, enquanto no presente estudo a medida foi adaptada para relato parental. Esta diferença poderá ser particularmente relevante no caso de práticas de controlo psicológico, uma vez que, por constituírem uma dimensão desadaptativa da parentalidade, os relatos dos pais sobre o seu próprio comportamento podem estar sujeitos a desejabilidade social, levando à subidentificação de práticas de controlo psicológico (Bornstein et al., 2011). Simultaneamente, os problemas internalizados correspondem a experiências predominantemente internas e, por isso, são particularmente difíceis de identificar pelos informadores, contribuindo para uma menor concordância inter-informador na avaliação destas dificuldades (Achenbach et al., 1987; De Los Reyes & Kazdin, 2005).

A evidencia metanalítica sugere precisamente que a magnitude das associações entre controlo psicológico e os problemas de ajustamento pode variar em função do informador, sendo frequentemente mais elevada quando o controlo psicológico é avaliado pelos próprios adolescentes (Yan et al., 2020). A diferença de informador poderá, deste modo, contribuir para explicar por que razão os resultados do presente estudo não reproduziram os efeitos identificados em estudos anteriores.

A ausência de efeitos indiretos através das restantes variáveis poderá também estar relacionada com as limitações das características das medidas e da amostra já mencionadas.

Finalmente, a natureza transversal do estudo limita a interpretação dos resultados. O modelo de mediação analisado é compatível com a possibilidade de que o BP se associe a determinadas práticas parentais e estas, por sua vez, se relacionem com problemas dos filhos, mas não permite estabelecer que esta sequência ocorra temporalmente dessa forma. Efetivamente, a literatura também aponta para relações bidirecionais entre práticas parentais e comportamento dos filhos, incluindo evidência de que os problemas dos filhos podem contribuir para alterações posteriores no funcionamento e nas práticas dos pais (Pinquart, 2017; Yan et al., 2020).

## Implicações e Direções Futuras

Apesar das limitações indicadas, os resultados do presente estudo apresentam algumas implicações importantes para a compreensão do BP e da sua relação com o sistema familiar. Em primeiro lugar, a associação entre o BP e os problemas internalizados e externalizados sugere que as consequências do BP poderão não se circunscrever ao funcionamento individual dos pais, mas também estar relacionadas com o ajustamento dos filhos. Este resultado é consistente com a crescente evidência sobre a associação entre BP e indicadores de ajustamento infantojuvenil. Adicionalmente, a associação entre o BP e algumas formas de controlo parental sugere que níveis mais elevados de BP poderão estar relacionados com a forma como os pais regulam o comportamento e respondem às necessidades dos filhos.

Embora as análises de mediação não tenham sustentado um papel consistente do controlo parental como mediador da relação entre o BP e os problemas internalizados e externalizados, os resultados apontam para práticas de controlo psicológico como uma das vias através da quais o BP poderá estar associado aos problemas externalizados. Este efeito, observado nas análises complementares no grupo dos 11 aos 18 anos, sugere que esta via possa ser particularmente relevante nesta faixa etária. Contudo, este resultado deve ser interpretado tendo em conta que não foi testado se este efeito difere significativamente do observado em crianças mais novas, assim como, devido ao desenho transversal, não permite estabelecer relações de causalidade. Ainda assim, estes resultados reforçam a pertinência de, em estudos futuros, testar formalmente o papel da idade e recorrer a desenhos longitudinais, de modo a analisar estas relações ao longo do desenvolvimento.

Estudos futuros deverão assim recorrer a desenhos longitudinais que permitam esclarecer a direção das relações entre o BP, as práticas parentais e o ajustamento dos filhos, considerando a possibilidade de influências recíprocas ao longo do tempo. Seria igualmente importante recorrer a múltiplos informadores, nomeadamente aos próprios filhos para a avaliação das práticas parentais e a outros adultos, como professores, para a avaliação do seu ajustamento, de modo a reduzir a influência do relato exclusivo dos pais.

Importaria ainda utilizar instrumentos de avaliação do controlo psicológico e do controlo comportamental com boas propriedades psicométricas e validados para a população portuguesa, bem como recorrer a amostras maiores e mais diversificadas, incluindo, por exemplo, maior representação do género masculino e de famílias provenientes de diferentes contextos socioeconómicos.

## Conclusão

O presente estudo procurou contribuir para uma compreensão mais aprofundada da relação entre o BP e os problemas internalizados e externalizados das crianças e adolescentes, explorando o possível papel mediador do controlo parental. De forma global, os resultados demonstraram que o BP se encontra associado a ambos os tipos de problemas das crianças e adolescentes, bem como a algumas formas de controlo parental. Verificou-se ainda um efeito indireto significativo através da dimensão Depreciação e Rejeição nos problemas externalizados, consistente com uma mediação parcial, que foi novamente observado nas análises complementares, no grupo dos 11 aos 18 anos. Estes resultados apontam para a relevância das práticas parentais e da fase de desenvolvimento dos filhos na compreensão da relação entre o BP e o ajustamento infantojuvenil.

Apesar das limitações do estudo, os seus resultados reforçam a importância de aprofundar a investigação sobre o BP e as suas implicações para pais e filhos, contribuindo para o conhecimento de um fenómeno cuja investigação permanece relativamente recente e em expansão.

## Referências


Achenbach, T. M. (1991). *Manual for the child behavior checklist/4-18 and 1991 profile*. Burlington, VT: University of Vermont, Department of Psychiatry.

Achenbach, T. M., McConaughy, S. H., & Howell, C. T. (1987). Child/adolescent behavioral and emotional problems: implications of cross-informant correlations for situational specificity. *Psychological bulletin*, 101(2), 213–232.

An, N. H., Hong, V. T. P., Thao, T. T. P., Thao, L. N., Khue, N. M., Phuong, T. T. T., & Thanh, N. M. (2021). Parental burnout reduces primary students' academic outcomes: A multi-mediator model of mindful parenting and parental behavioral control. *The Family Journal, 30*(4), 621–629. https://doi.org/10.1177/10664807211052482

Aunola, K., & Nurmi, J.-E. (2005). The role of parenting styles in children's problem behavior. *Child Development, 76*(6), 1144–1159. https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2005.00840.x

Barber, B. K. (1996). Parental psychological control: Revisiting a neglected construct. *Child Development, 67*, 3296–3319. https://doi.org/10.2307/1131780

Barber, B. K., Olsen, J. E., & Shagle, S. C. (1994). Associations between parental psychological and behavioral control and youth internalized and externalized behaviors. *Child Development, 65*(4), 1120–1136. https://doi.org/10.2307/1131309

Barber, B. K., Xia, M., Olsen, J. A., McNeely, C. A., & Bose, K. (2012). Feeling disrespected by parents: Refining the measurement and understanding of psychological control. *Journal of Adolescence, 35*(2), 273–287. https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2011.10.010

Barber, B. K., & Xia, M. (2013). The centrality of control to parenting and its effects. In R. E. Larzelere, A. S. Morris, & A. W. Harrist (Eds.), *Authoritative parenting: Synthesizing nurturance and discipline for optimal child development* (pp. 61–87). American Psychological Association. https://doi.org/10.1037/13948-004

Baumrind, D. (1991). Parenting styles and adolescent development. In J. Brooks-Gunn, R. Lerner, & R. M. Petersen (Eds.), *The encyclopedia of adolescence* (pp. 746–758). Garland.

Baumrind, D. (2012). Differentiating between confrontive and coercive kinds of parental power-assertive disciplinary practices. *Human Development, 55*(2), 35–51. https://doi.org/10.1159/000337962

Bogdán, P. M., Varga, K., Tóth, L., Gróf, K., & Pakai, A. (2025). Parental Burnout: A Progressive Condition Potentially Compromising Family Well-Being—A Narrative Review. *Healthcare*, 13(13), 1603. https://doi.org/10.3390/healthcare13131603

Bornstein, M. H., Hahn, C. S., & Haynes, O. M. (2011). Maternal personality, parenting cognitions, and parenting practices. *Developmental psychology,* 47(3), 658–675. https://doi.org/10.1037/a0023181

Brianda, M. E., Roskam, I., Gross, J. J., Franssen, A., Kapala, F., Gérard, F., & Mikolajczak, M. (2020). Treating parental burnout: Impact of two treatment modalities on burnout symptoms, emotions, hair cortisol, and parental neglect and violence. *Psychotherapy and Psychosomatics, 89*(5), 330–332. https://doi.org/10.1159/000506354

Carter, A. S., Briggs-Gowan, M. J., & Davis, N. O. (2004). Assessment of young children's social-emotional development and psychopathology: recent advances and recommendations for practice. *Journal of child psychology and psychiatry, and allied disciplines*, 45(1), 109–134. https://doi.org/10.1046/j.0021-9630.2003.00316.x

Chen, B. B., Qu, Y., Yang, B., & Chen, X. (2022). Chinese mothers' parental burnout and adolescents' internalizing and externalizing problems: The mediating role of maternal hostility. *Developmental Psychology, 58*(4), 768–777. https://doi.org/10.1037/dev0001311

Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Lawrence Erlbaum Associates.

Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin, 113*(3), 487–496. https://doi.org/10.1037/0033-2909.113.3.487

De Los Reyes, A., & Kazdin, A. E. (2005). Informant discrepancies in the assessment of childhood psychopathology: a critical review, theoretical framework, and recommendations for further study. *Psychological bulletin*, *131*(4), 483–509. https://doi.org/10.1037/0033-2909.131.4.483

Fleitlich, B., Loureiro, M., Fonseca, A., & Gaspar, M. F. (2005). *Questionário de Capacidades e de Dificuldades (SDQ-Por)*.

Goodman, A., Lamping, D. L., & Ploubidis, G. B. (2010). When to use broader internalising and externalising subscales instead of the hypothesised five subscales on the Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ): Data from British parents, teachers and children. *Journal of Abnormal Child Psychology, 38*(8), 1179–1191. https://doi.org/10.1007/s10802-010-9434-x

Goodman, R. (1997). The Strengths and Difficulties Questionnaire: A research note. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 38*(5), 581–586.

Guo, X., Hao, C., Wang, W., & Li, Y. (2024). Parental burnout, negative parenting style, and adolescents' development. *Behavioral Sciences, 14*(3), 161. https://doi.org/10.3390/bs14030161

Maccoby, E. E., & Martin, J. A. (1983). Socialization in the context of the family: Parent-child interaction. In P. H. Mussen (Series Ed.) & E. M. Hetherington (Ed.), *Handbook of child*

*psychology: Vol. 4. Socialization, personality, and social development* (pp. 1–101). Wiley.

Matias, M., Aguiar, J., César, F., Braz, A. C., Barham, E. J., Leme, V., Elias, L., Gaspar, M. F., Mikolajczak, M., Roskam, I., & Fontaine, A. M. (2020). The Brazilian–Portuguese version of the Parental Burnout Assessment: Transcultural adaptation and initial validity evidence. *New Directions for Child and Adolescent Development, 2020*(174), 67–83. https://doi.org/10.1002/cad.20374

Mikolajczak, M., Aunola, K., Sorkkila, M., & Roskam, I. (2023). 15 years of parental burnout research: Systematic review and agenda. *Current Directions in Psychological Science, 32*(4), 276–283. https://doi.org/10.1177/09637214221142777

Mikolajczak, M., Brianda, M. E., Avalosse, H., & Roskam, I. (2018). Consequences of parental burnout: Its specific effect on child neglect and violence. *Child Abuse & Neglect, 80*, 134–145. https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2018.03.025

Mikolajczak, M., Gross, J. J., & Roskam, I. (2019). Parental burnout: What is it, and why does it matter? *Clinical Psychological Science, 7*(6), 1319–1329. https://doi.org/10.1177/2167702619858430

Mikolajczak, M., Gross, J. J., & Roskam, I. (2021). Beyond job burnout: Parental burnout! *Trends in Cognitive Sciences, 25*(5), 333–336. https://doi.org/10.1016/j.tics.2021.01.012

Mikolajczak, M., & Roskam, I. (2018). A theoretical and clinical framework for parental burnout: The balance between risks and resources (BR²). *Frontiers in Psychology, 9*, 886. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00886

Mikolajczak, M., & Roskam, I. (2020). Parental burnout: Moving the focus from children to parents. *New Directions for Child and Adolescent Development, 2020*(174), 7–13. https://doi.org/10.1002/cad.20376

Mikkonen, K., Veikkola, H. R., Sorkkila, M., & Aunola, K. (2022). Parenting styles of Finnish parents and their associations with parental burnout. *Current Psychology, 42*(25), 21412–21423. https://doi.org/10.1007/s12144-022-03223-7

Nomaguchi, K., & Milkie, M. (2020). Parenthood and well-being: A decade in review. *Journal of Marriage and Family, 82*, 198–223. https://doi.org/10.1111/jomf.12646

Ping, Y., Wang, W., Li, Y., & Li, Y. (2023). Fathers' parenting stress, parenting styles and children's problem behavior: The mediating role of parental burnout. *Current Psychology: A Journal for Diverse Perspectives on Diverse Psychological Issues, 42*(29), 25683–25695. https://doi.org/10.1007/s12144-022-03667-x

Pinquart, M. (2016). Associations of parenting dimensions and styles with internalizing symptoms in children and adolescents: A meta-analysis. *Marriage & Family Review, 53*(7), 613–640. https://doi.org/10.1080/01494929.2016.1247761

Pinquart, M. (2017). Associations of parenting dimensions and styles with externalizing problems of children and adolescents: An updated meta-analysis. *Developmental Psychology, 53*(5), 873–932. https://doi.org/10.1037/dev0000295

Ren, X., Cai, Y., Wang, J., & Chen, O. (2024). A systematic review of parental burnout and related factors among parents. *BMC public health*, 24(1), 376. https://doi.org/10.1186/s12889-024-17829-y

Roberts, G. C., Block, J. H., & Block, J. (1984). Continuity and change in parents' child-rearing practices. *Child Development, 55*, 586–597. https://doi.org/10.2307/1129970

Roskam, I., Aguiar, J., Akgun, E., Arikan, G., Artavia, M., Avalosse, H., Aunola, K., Bader, M., Bahati, C., Barham, E. J., Besson, E., Beyers, W., Boujut, E., Brianda, M. E., Brytek-Matera, A., Carbonneau, N., César, F., Chen, B. B., Dorard, G., Dos Santos Elias, L. C., … Mikolajczak, M. (2021). Parental Burnout Around the Globe: a 42-Country Study. Affective science, 2(1), 58–79. https://doi.org/10.1007/s42761-020-00028-4

Roskam, I., Brianda, M.-E., & Mikolajczak, M. (2018). A step forward in the conceptualization and measurement of parental burnout: The Parental Burnout Assessment (PBA). *Frontiers in Psychology, 9*, 758. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00758

Suarez, A., & Yakupova, V. (2026). Parental burnout and early-childhood behavioral problems: Longitudinal associations beyond maternal depression. *Children, 13*(2), 176. https://doi.org/10.3390/children13020176

Wang, W., Chen, S., Wang, S., Shan, G., & Li, Y. (2023). Parental burnout and adolescents' development: Family environment, academic performance, and social adaptation. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 20*(4), 2774. https://doi.org/10.3390/ijerph20042774

Woine, A., Escobar, M. J., Panesso, C., Szczygieł, D., Mikolajczak, M., & Roskam, I. (2024). Parental burnout and child behavior: A preliminary analysis of mediating and moderating effects of positive parenting. *Children, 11*(3), 353. https://doi.org/10.3390/children11030353

Woine, A., Dardier, V., Mikolajczak, M., & Roskam, I. (2026). Bidirectional and transactional effects between parental burnout and child internalizing and externalizing behaviors. *Journal of Family Psychology, 40*(3), 447–457. https://doi.org/10.1037/fam0001414

Yan, F., Zhang, Q., Ran, G., Li, S., & Niu, X. (2020). Relationship between parental psychological control and problem behaviours in youths: A three-level meta-analysis. *Children and Youth Services Review, 112*, 104900. https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.104900

Yang, B., Chen, B. B., Qu, Y., & Zhu, Y. (2021). Impacts of Parental Burnout on Chinese Youth's Mental Health: The Role of Parents' Autonomy Support and Emotion Regulation. *Journal of youth and adolescence*, *50*(8), 1679–1692. https://doi.org/10.1007/s10964-021-01450-y

Yuan, Y., Wang, W., Song, T., & Li, Y. (2022). The mechanisms of parental burnout affecting adolescents' problem behavior. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 19*(22), 15139. https://doi.org/10.3390/ijerph192215139

Zhang, H., Li, S., Wang, R., & Hu, Q. (2023). Parental burnout and adolescents' academic burnout: Roles of parental harsh discipline, psychological distress, and gender. *Frontiers in Psychology, 14*, 1122986. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1122986

Zhou, Y. B., Ruan, S. J., Bu, Y. R., Zhong, C., & Bao, Q. (2025). Effects of parental burnout and psychological intrusion on adolescent resilience. *Scientific Reports, 15*(1), 38441. https://doi.org/10.1038/s41598-025-22522-0

## Apêndice A

*Efeitos Diretos e Indiretos do BP nos Problemas Internalizados e Externalizados através do Controlo Parental, por Grupo Etário*

Nas tabelas seguintes são apresentados os resultados detalhados dos efeitos diretos e indiretos das análises de mediação do controlo parental na relação entre o BP e os problemas internalizados e externalizados, por grupo etário.

**Tabela A 1**
*Efeitos diretos e indiretos do BP nos Problemas Internalizados através do Controlo Psicológico, por grupo etário*

| | **Grupo 1 4-10 anos** ($n$ = 99) | | | **Grupo 2 11-18 anos** ($n$ = 96) | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Efeito** | $\beta$ | $p$ | IC 95% | $\beta$ | $p$ | IC 95% |
| BP → Depreciação e Rejeição | .329 | .041 | [0.022, 0.256] | .287 | .037 | [0.033, 0.252] |
| BP → Comparação e Exigência | .042 | .690 | [-0.164, 0.204] | .047 | .723 | [-0.228, 0.532] |
| Depreciação e Rejeição → Problemas Internalizados | .093 | .450 | [-0.125, 0.273] | < .001 | .997 | [-0.329, 0.321] |
| Comparação e Exigência → Problemas Internalizados | .208 | .072 | [0.003, 0.168] | .003 | .974 | [-0.063, 0.060] |
| BP → Problemas Internalizados | .354 | < .001 | [0.054, 0.180] | .256 | .098 | [0.024, 0.321] |
| BP → Depreciação e Rejeição → Problemas Internalizados | .031 | .486 | [−0.013, 0.040] | < .001 | .997 | [−0.053, 0.046] |
| BP → Comparação e Exigência → Problemas Internalizados | .009 | .743 | [−0.009, 0.027] | .000 | .992 | [−0.016, 0.015] |

*Nota.* $\beta$ = coeficiente padronizado; $p$ = nível de significância; IC 95% = Intervalo de Confiança de 95%. A significância dos efeitos diretos foi avaliada com base no valor de $p$. Os efeitos indiretos são considerados significativos quando o IC 95% não inclui zero.

**Tabela A 2**

*Efeitos diretos e indiretos do BP nos Problemas Externalizados através do Controlo Psicológico, por grupo etário*

| | **Grupo 1 4-10 anos** (*n* = 99) | | | **Grupo 2 11-18 anos** (*n* = 96) | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Efeito** | *β* | *p* | IC 95% | *β* | *p* | IC 95% |
| BP → Depreciação e Rejeição | .329 | .041 | [0.022, 0.256] | .287 | .037 | [0.033, 0.252] |
| BP → Comparação e Exigência | .042 | .690 | [-0.164, 0.204] | .047 | .723 | [-0.228, 0.532] |
| Depreciação e Rejeição → Problemas Externalizados | .177 | .138 | [-0.063, 0.371] | .227 | .028 | [0.064, 0.624] |
| Comparação e Exigência → Problemas Externalizados | -.058 | .562 | [-0.098, 0.055] | .018 | .847 | [-0.057, 0.082] |
| BP → Problemas Externalizados | .317 | .002 | [0.054, 0.188] | .228 | .002 | [0.054, 0.220] |
| BP → Depreciação e Rejeição → Problemas Externalizados | .058 | .178 | [-0.002, 0.061] | .065 | .136 | [0.005, 0.107] |
| BP → Comparação e Exigência → Problemas Externalizados | -.002 | .848 | [-0.015, 0.004] | .001 | .957 | [-0.010, 0.028] |

*Nota.* *β* = coeficiente padronizado; *p* = nível de significância; IC 95% = Intervalo de Confiança de 95%. A significância dos efeitos diretos foi avaliada com base no valor de *p*. Os efeitos indiretos são considerados significativos quando o IC 95% não inclui zero.

**Tabela A 3**

*Efeitos diretos e indiretos do BP nos Problemas Internalizados através do Controlo Comportamental, por grupo etário*

| | **Grupo 1 4-10 anos** (*n* = 99) | | | **Grupo 2 11-18 anos** (*n* = 96) | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Efeito** | *β* | *p* | IC 95% | *β* | *p* | IC 95% |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| BP → Controlo Confrontativo | .152 | .226 | [-0.305, 1.302] | .266 | .127 | [0.250, 4.240] |
| BP → Controlo Coercivo | .046 | .806 | [-0.352, 0.833] | .084 | .522 | [-0.383, 1.041] |
| Controlo Confrontativo → Problemas Internalizados | -.080 | .428 | [-0.028, .010] | .003 | .984 | [-0.021, 0.028] |
| Controlo Coercivo → Problemas Internalizados | -.066 | .521 | [-0.043, 0.034] | -.018 | .886 | [-0.041, 0.066] |
| BP → Problemas Internalizados | .419 | <.001 | [0.070, .203] | .275 | .164 | [0.037, 0.472] |
| BP → Controlo Confrontativo → Problemas Internalizados | -.012 | .559 | [-0.021, 0.005] | .001 | .989 | [-0.059, 0.057] |
| BP → Controlo Coercivo→ Problemas Internalizados | -.003 | .888 | [-0.019, 0.008] | -.002 | .943 | [-0.040, 0.013] |

*Nota.* $\beta$ = coeficiente padronizado; $p$ = nível de significância; IC 95% = Intervalo de Confiança de 95%. A significância dos efeitos diretos foi avaliada com base no valor de $p$. Os efeitos indiretos são considerados significativos quando o IC 95% não inclui zero.

**Tabela A 4**

*Efeitos diretos e indiretos do BP nos Problemas Externalizados através do Controlo Comportamental, por grupo etário*

| | **Grupo 1 4-10 anos** ($n$ = 99) | | | **Grupo 2 11-18 anos** ($n$ = 96) | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Efeito** | $\beta$ | $p$ | IC 95% | $\beta$ | $p$ | IC 95% |
| BP → Controlo Confrontativo | .152 | .226 | [-0.305, 1.302] | .266 | .127 | [0.250, 4.240] |
| BP → Controlo Coercivo | .046 | .806 | [-0.352, 0.833] | .084 | .522 | [-0.383, 1.041] |
| Controlo Confrontativo → Problemas Externalizados | -.029 | .828 | [-0.029, 0.026] | -.037 | .801 | [-0.029, 0.023] |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Controlo Coercivo → Problemas Externalizados | -.015 | .928 | [-0.060, 0.069] | .134 | .267 | [-0.019, 0.084] |
| BP → Problemas Externalizados | .347 | .002 | [0.041, 0.185] | .362 | .004 | [0.107, 0.385] |
| BP → Controlo Confrontativo → Problemas Externalizados | -.004 | .866 | [-0.022, .012] | -.010 | .861 | [-.083, .047] |
| BP → Controlo Coercivo→ Problemas Externalizados | -.001 | .982 | [-0.020, .013] | .011 | .685 | [-0.008, 0.073] |

*Nota.* $\beta$ = coeficiente padronizado; $p$ = nível de significância; IC 95% = Intervalo de Confiança de 95%. A significância dos efeitos diretos foi avaliada com base no valor de $p$. Os efeitos indiretos são considerados significativos quando o IC 95% não inclui zero.

**Anexo A**

U.PORTO
FACULDADE DE PSICOLOGIA
E DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE DO PORTO

**COMISSÃO DE ÉTICA**
PARECER (Ref.ª 2023/08-12)

A Comissão de Ética (CdE) da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, tendo examinado os documentos do projeto de investigação denominado «***Investigação Internacional em Burnout Parental***», submetidos para apreciação ética pela **Prof.ª Marisa Matias**, emite um **parecer favorável** à realização da pesquisa.

A CdE solicita, contudo, a adequação dos modos de devolução de resultados ao público participante. Importa igualmente retirar a expressão "… aprovado pela Comissão de Ética", substituindo-a por "… obteve parecer favorável da Comissão de Ética".

| **Parecer favorável** |
| --- |
| A CdE é favorável à realização do projeto. |

FPCEUP, 13 de outubro de 2023
A Presidente da CdE,

Carlinda Leite

Prof.ª Doutora Carlinda Leite

FACULDADE DE **PSICOLOGIA E DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO**