

RELAÇÃO ENTRE EXAUSTÃO PARENTAL MATERNA E ESTILOS PARENTAIS EM CRIANÇAS

Cleomayra Tomaz da Silva ¹
Vitória Nunes Vidal ²
Cecilia Augusta Silva dos Santos ³
Maria Gabriela Vicente Soares ⁴
Lilian Kelly de Sousa Galvão ⁵

RESUMO

A palavra exaustão pode ser definida como um cansaço extremo, físico e/ou mental. Entretanto, para a ciência, o termo exaustão, quando relacionado à parentalidade, é considerado pouco estudado. Essas pesquisas tornam-se ainda mais escassas ao relacionar tal tema com a socialização parental - ou estilos parentais. A socialização parental caracteriza-se como o conjunto de práticas educativas adotadas pelos pais para a interação com seus filhos/as, podendo ser dividida em quatro estilos: autoritário, autoritativo, permissivo indulgente e permissivo negligente. Atualmente, a mãe ainda é considerada como a principal cuidadora do filho, que muitas vezes pode se sentir sobrecarregada e não possuir uma rede de apoio, levando a um determinado nível de exaustão parental. Diante do exposto, essa pesquisa tem como objetivo geral verificar se o nível de exaustão parental materna está relacionado com determinados estilos de socialização parental. Para isso, foi realizada a coleta de dados com 60 mães de crianças com idade entre 5 e 11 anos. Os instrumentos utilizados para essa pesquisa foram a Escala de Socialização Parental (ESPA-29), versão adaptada para mães, a Escala de Exaustão Parental e, por fim, um questionário sociodemográfico. Os resultados de testes estatísticos demonstraram que as mães consideradas mais exaustas se enquadram no estilo parental Autoritário e as menos exaustas se enquadram nos estilos Permissivo e Autoritativo. As mães com estilo Negligente apresentaram um nível de exaustão intermediário. Acredita-se que o presente estudo contribui com o conhecimento sobre a relação entre exaustão parental e estilos de socialização e pode auxiliar na construção de programas de orientações a pais e cuidadores.

Palavras-chave: Exaustão parental, Socialização parental, Mães, Crianças.

INTRODUÇÃO

A exaustão parental é frequentemente confundida com o burnout parental, devido à semelhança entre os dois conceitos. Tal confusão se relaciona com o fato de que o termo burnout, já amplamente estudado na literatura, envolve um estado de esgotamento que se aproxima da definição de exaustão.

¹ Graduanda do Curso de Psicopedagogia da Universidade Federal da Paraíba - UFPB, cleomayrasilvat@gmail.com;

² Graduanda do Curso de Psicopedagogia da Universidade Federal da Paraíba - UFPB, vickynunesvidal@gmail.com;

³ Graduanda do Curso de Psicopedagogia da Universidade Federal da Paraíba - UFPB, ceciliaaugusta24@gmail.com;

⁴ Mestranda do Curso de Psicologia Social da Universidade Federal da Paraíba - UFPB, mgabriela.psicop@gmail.com;

⁵ Professora orientadora: Professora da UFPB, Doutora em Psicologia Social, Universidade Federal da Paraíba - PB, liliangalvao@yahoo.com.br.

O burnout parental pode ser definido como uma condição na qual os pais enfrentam uma exaustão intensa e se distanciam emocionalmente de seus filhos devido à sobrecarga e às dificuldades enfrentadas na tarefa de cuidar e educar (Lin *et al.*, 2023). A exaustão parental, por sua vez, pode ser compreendida como um esgotamento ou cansaço extremo acerca de demandas parentais (Mikolajczak, 2019). Nessa perspectiva, a exaustão parental pode ser entendida como parte do burnout parental, mas o burnout envolve um conjunto mais complexo de fatores além da exaustão.

A socialização parental (estilos parentais) compreende-se como a união de diversas práticas educativas utilizadas pelos responsáveis para a interação com seus/suas filhos/as, tendo um viés de aspectos culturais, ambientais, de comunicação, etc. (Baumrind, 1997; Kobarg, 2010).

Os estilos parentais, atualmente, podem ser elencados em quatro, que variam a partir dos seus níveis de aceitação e de coerção: (1) Pais autoritários apresentariam um nível alto de coerção e baixa aceitação; (2) Pais autoritativos possuiriam altos níveis tanto de coerção como de aceitação; (3) Pais permissivos indulgentes teriam baixo nível de coerção e alto de aceitação; (4) Pais permissivos negligentes apresentariam baixos níveis de aceitação e de coerção (Musitu; García, 2001).

No processo de socialização, que acontece na infância, pode haver a participação de diferentes agentes, sendo a mãe considerada na literatura pertinente a principal (Paula *et al.*, 2021), sobretudo no contexto brasileiro e nordestino com o elevado número de mães solo. Nesse sentido, na primeira fase deste estudo, o foco será apenas em respostas maternas.

Diante do exposto, esse estudo apresenta o seguinte questionamento: Há uma relação entre algum estilo parental e um maior nível de exaustão?

Há uma escassez de pesquisas que façam a relação entre socialização e exaustão materna, entretanto, um estudo desenvolvido em 2019 apresentou como um de seus resultados que o esgotamento parental aumenta significativamente a ideação de fuga, os comportamentos negligentes e violentos em relação aos filhos (Mikolajczak, 2019).

Com isso, pode-se hipotetizar que mães com maior exaustão parental possuem uma predominância de estilos com baixa aceitação e afeto (autoritário e negligente) enquanto mães com menores níveis de exaustão apresentem como predominante estilos com maiores níveis de aceitação e afeto (autoritativo e permissivo indulgente) (Mikolajczak, 2019).

Partindo disso, esse estudo apresenta como objetivo geral verificar se o nível de exaustão parental materna está relacionado com determinados estilos de socialização parental.

METODOLOGIA

Delineamento

Esta pesquisa caracteriza-se como um estudo de campo, de caráter transversal, de nível descritivo e exploratório, com metodologia quantitativa.

Participantes

Participaram deste estudo 60 mães ($M= 36,40$; $DP= 7,24$) de crianças com idade entre 5 e 11 anos ($M= 7,32$; $DP= 2,28$). Como critério de inclusão para essa pesquisa, as mães deveriam ter idade igual ou superior a 18 anos, seus/suas filhos/as não poderiam apresentar nenhum diagnóstico e apenas as respostas maternas foram consideradas para a análise.

Perfil da amostra

Após ser realizada a análise dos dados sociodemográficos, como pode ser visto na tabela 1, foi possível identificar que no grupo de mães havia predominância do estado civil casada (66,7%). Já sobre seus/suas filhos/as a maior parte era do sexo masculino (68,3%).

Tabela 1. Características amostrais.

Variável	Mães		
	f	%	
Idade	20 a 29	12	20,0
	30 a 39	27	45,0
	40 a 49	19	31,67
	50 a 59	2	3,33
Estado Civil	Solteira	11	18,3
	Casada	40	66,7
	Divorciada	6	10,0
	Outro	3	5,0
Gênero da criança	Masculino	41	68,3
	Feminino	17	28,3

Instrumentos

Para avaliar a variável exaustão parental, foi utilizada a Escala de Exaustão Parental - EEP (Soares, 2023), construída para medir a exaustão parental de forma unidimensional, em uma escala tipo likert de cinco pontos (1 = discordo totalmente, 2 = discordo parcialmente, 3 = nem concordo, nem discordo 4 = concordo parcialmente, 5 = concordo totalmente). A EEP é composta por 12 itens, com perguntas como: “Experimento um esgotamento físico devido à rotina de cuidados com meus filhos”, “Sinto que minha mente está sempre sobrecarregada ao tomar decisões para meus filhos” e “Planejar para meus filhos exige um esforço mental constante”.

Para mensurar a variável estilos de socialização foi utilizada a Escala de Socialização Parental (ESPA-29), desenvolvida por Musitu e García (2001) e adaptada por Chaves (2018). A ESPA-29, na sua estrutura, possui 29 situações em que as mães devem pontuar, por meio de uma escala tipo likert de quatro pontos (1 = nunca, 2 = algumas vezes, 3 = muitas vezes, 4 = sempre), a frequência do seu comportamento, relacionado às estratégias de socialização parental, a partir de situações da vida diária. A ESPA-29 foi escolhida com o intuito de avaliar os estilos de socialização parental a partir das dimensões de Aceitação (afeto, diálogo, indiferença e displicência) e Coerção (coerção verbal, coerção física e privação). De forma geral, cada situação que se enquadra como comportamento adequado vindo dos/as filhos/as (13 itens) apresenta dois subitens, um referente ao afeto (demonstro carinho) e o outro a indiferença (tanto faz). Já as situações que se enquadram em comportamentos inadequados vindos dos filhos/as (16 itens) apresentam cinco subitens com o intuito de avaliar em que medida as mães fazem uso do diálogo (“falo com ele”), da displicência (“não me preocupo com ele”), da privação (“retiro algo ou o proíbo”), da coerção verbal (“reclamo com ele”) e da coerção física (“bato nele”).

Também se aplicou um questionário sociodemográfico onde foram solicitadas informações básicas das mães (ex: idade, nível escolar, renda familiar, etc.) e em seguida, informações sobre o filho (ex: idade, se frequenta a escola regularmente, gênero, etc.).

Procedimento da Coleta de Dados

Foram realizadas todas as etapas éticas provenientes das recomendações da Resolução 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde. Após a aprovação do projeto de pesquisa pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (CAAE: 70819323.3.0000.5188), foi iniciada a coleta de dados em instituições privadas e públicas por meio de um *QR code* disponibilizado pelos pesquisadores e uma busca via redes sociais.

As mães participantes que se enquadraram nos critérios de inclusão, receberam, por meio da plataforma de comunicação *WhatsApp* ou pelo *QR code*, o *link* constando o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e os instrumentos necessários para a pesquisa. Ao aceitarem participar e ao assinarem o TCLE, a pesquisa foi seguida por meio do *Google Forms*. A coleta aconteceu de forma individual e virtual.

Análise de dados

A análise de dados foi realizada utilizando o *Statistical Package for Social Science* (SPSS), versão 25, o qual é um *software* para análises estatísticas por meio de planilhas. O grau de significância adotado foi de $p \leq 0,05$.

Inicialmente, foi conduzida uma análise de dados com o intuito de determinar os estilos parentais presentes em cada grupo. Para tanto, calcularam-se as médias dos fatores afeto, diálogo, indiferença, displicência, coerção física, coerção verbal e privação. Após a união de pontuação foi realizada a inversão dos fatores indiferença e displicência.

Em seguida, realizou-se a soma das médias dos fatores afeto, diálogo, indiferença e displicência para a criação da dimensão de aceitação, enquanto os fatores nomeados como coerção física, coerção verbal e privação foram unidos para a criação da dimensão de coerção. Foi possível, com isso, obter a média e a mediana da dimensão Aceitação e da dimensão de Coerção.

Por fim, utilizando a mediana das dimensões de Aceitação e de Coerção foi possível realizar a separação de acordo com os quatro estilos parentais: participantes que pontuaram acima da mediana de aceitação eram considerados com altos níveis de aceitação, enquanto os que pontuaram abaixo eram considerados com baixos níveis, o mesmo foi realizado com a mediana dos participantes na dimensão de coerção.

Em consonância com o que preconiza a teoria, os participantes com alta Aceitação e alta Coerção foram considerados Autoritativos, os com baixos níveis de Aceitação e altos de Coerção foram classificados como Autoritários, já os com alta

Aceitação e baixa Coerção foram considerados Permissivos Indulgentes e os com baixos níveis de Aceitação e de Coerção foram classificados como Negligentes (Musito; Garcia, 2001)

Para identificar os níveis de exaustão parental das participantes foi realizada a soma dos itens da escala e calculado as médias. Com o objetivo de realizar a análise entre as variáveis de estilos parentais x exaustão parental foi realizada primeiramente uma análise descritiva que possibilitou a observação das médias de exaustão a partir de cada estilo, em seguida foi feita uma análise de variância (ANOVA) para observar a presença ou não de uma relação estatisticamente significativa. Por fim, utilizou-se o teste *post hoc* de Bonferroni para especificar quais grupos eram estatisticamente diferentes.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados de uma ANOVA indicam que existe uma diferença, estatisticamente significativa, entre as médias de exaustão em função do estilo parental adotado ($p = 0,001$; $Z = 6,031$). De acordo com o teste *post hoc* (Bonferroni), o grupo de mães que utilizam o estilo Autoritário apresentaram os maiores níveis de exaustão parental ($M = 3,027a$; $DP = 0,955$) e o grupo de mães que adotam o estilo Autoritativo ($M = 1,870b$; $DP = 0,484$) e o estilo Permissivo Indulgente ($M = 1,828b$; $DP = 0,814$) os menores níveis de exaustão. As mães com estilo de socialização parental Negligente obtiveram uma média intermediária que, segundo o teste, não se diferenciou estatisticamente dos grupos avaliados ($M = 2,515ab$; $DP = 1,190$), conforme pode ser observado na Tabela 2.

Tabela 2. Resultado comparações múltiplas - Teste Post Hoc de Bonferroni

Estilos parentais		Diferença média	Valor de P
Autoritário	Autoritativo	1,157	0,004*
	Permissivo Indulgente	1,198	0,004*
	Negligente	0,512	0,948
Autoritativo	Autoritário	-1,157	0,004*
	Permissivo Indulgente	0,412	1,000
	Negligente	-0,645	0,224
Permissivo Indulgente	Autoritário	-1,198	0,004*
	Autoritativo	-0,041	1,000
	Negligente	-0,686	0,202

Negligente	Autoritário	-0,512	0,948
	Autoritativo	0,645	0,224
	Permissivo Indulgente	0,686	0,202

Em síntese, a partir dos resultados, é possível notar que as mães consideradas mais exaustas se enquadram no estilo parental Autoritário e as menos exaustas se enquadram nos estilos Permissivo e Autoritativo. As mães com estilo Negligente apresentaram um nível de exaustão intermediário.

Sobre os resultados que indicam que as mães autoritárias são as que apresentam maiores níveis de exaustão parental, a literatura sugere que pais que utilizam de práticas parentais mais autoritárias (alto nível de coerção e baixa aceitação) podem sentir maior pressão para garantir a obediência e o desempenho dos filhos, o que pode resultar em mais estresse e, conseqüentemente, maior exaustão parental (Baumrind, 1966; Blanchard *et al.*, 2023; Shin *et al.*, 2021).

Por outro lado, embora os cuidadores negligentes imponham poucas demandas sobre os/as filhos/as, quando comparados aos autoritários, a desconexão emocional e a ausência de envolvimento podem criar um tipo diferente de exaustão, o que explicaria a média intermediária de exaustão encontrada. Estudos mostram que a falta de controle sobre o comportamento das crianças pode, com o tempo, gerar sentimentos de sobrecarga, pois esses responsáveis podem se sentir estressados não pela imposição de regras, mas pela sensação de falta de controle ou de conexão com seus/suas filhos/as (Soro, 2021).

Já referentes aos estilos Autoritativo e Permissivo indulgente, que apresentaram as menores médias de exaustão, pode ser explicado considerando que o estilo Autoritativo envolve um equilíbrio entre os níveis de aceitação e coerção, o que pode proporcionar um equilíbrio saudável para os responsáveis da criança. Assim, possibilitando um relacionamento mais positivo e colaborativo com seus/suas filhos/as, levando a menores níveis de frustração e, portanto, menor exaustão (Baumrind, 1967; Tiwari, 2022). Ainda sobre o estilo Autoritativo, a literatura traz que pais que adotam práticas mais dialógicas e envolventes tendem a construir uma relação de apoio com seus filhos, o que pode levar a diminuição da exaustão parental (Riany *et al.*, 2017).

Sobre o resultado das mães com estilo Permissivo Indulgente também apresentarem baixas médias de exaustão parental, acredita-se que esses resultados estejam ligados ao alto nível de afeto e diálogo atrelados a este estilo, assim como

acontece no estilo Autoritativo. Além disso, a menor imposição de regras e expectativas, característico do estilo Permissivo, também pode gerar menos conflitos e menos estresse imediato, que também pode estar atrelado a um menor nível de exaustão parental (Baumrind, 1971; Maccoby e Martin, 1983; Tiwari, 2022).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir do que foi exposto acredita-se que os objetivos do presente estudo foram alcançados. Foi possível identificar que a exaustão parental está relacionada com o uso de determinados estilos parentais, confirmando as hipóteses iniciais. As mães que demonstraram maior exaustão tendem a adotar práticas mais coercitivas e com menos aceitação (estilo Autoritário), enquanto aquelas com menor exaustão optaram por estilos que envolvem maior aceitação e diálogo com os filhos (estilo Autoritativo e Permissivo).

O estudo abre caminhos para novas investigações, como a análise de intervenções que reduzam a exaustão parental e melhorar as práticas educativas. Outra linha de pesquisa interessante seria explorar o impacto da rede de apoio familiar sobre a exaustão parental e os estilos parentais, além de realizar um estudo com um grupo amostral mais amplo, que permitisse a análise da influência de variáveis sociodemográficas como escolaridade, nível socioeconômico, idade dos cuidadores e das crianças, além do tipo de cuidador (pais, avós, etc.).

AGRADECIMENTOS

Como primeira autora deste trabalho, gostaria de iniciar agradecendo a orientadora Dr.^a Lilian Galvão que, apesar de tudo, ainda se mantém acreditando na minha capacidade; em segundo lugar, gostaria de agradecer a Mestranda Gabriela Soares por sempre me dar a mão em momentos críticos durante a execução desse estudo; também, agradeço imensamente a minhas parceiras de pesquisa que permaneceram até o fim sem desistir; por fim, gostaria de agradecer a Universidade Federal da Paraíba, em especial ao Programa Institucional de Voluntários de Iniciação Científica (PIVIC/UFPB), por viabilizar a execução desse projeto.

REFERÊNCIAS

ANNELISE, M.; HOEBEKE, A. O.; HEEREN, A. O. Características do esgotamento parental e o contexto familiar: uma abordagem de rede temporal em mães. **Journal of Family Psychology**, v. 37, n. 3, p. 398-407, 2023. DOI: 10.1037/fam0001070.

ARJUN, P.; TIWARI, T. **Parentalidade autoritativa**: o melhor estilo de aprendizagem infantil. v. 1, n. 3, p. 18-21, 2022. DOI: 10.54536/ajet.v1i3.687.

ARTURO, B.; SORO, S. **Pais exaustos**: correlatos sociodemográficos, relacionados aos filhos, aos pais, à parentalidade e ao funcionamento familiar do esgotamento parental. p. 57-69, 2021. DOI: 10.1007/978-3-031-19918-9_5.

BAUMRIND, D. Práticas de cuidado infantil antecedendo três padrões de comportamento pré-escolar. **Genetic Psychology Monographs**, v. 75, n. 1, p. 43-88, 1967.

BAUMRIND, D. Efeitos do controle parental autoritativo no comportamento infantil. **Desenvolvimento Infantil**, p. 887-907, 1966.

BAUMRIND, D. O encontro com a disciplina: questões contemporâneas. **Agressão e Comportamento Violento**, v. 2, p. 321-335, 1997.

BRASIL. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. Resolução Nº 510, de 07 de abril de 2016. Dispõe sobre as normas aplicáveis a pesquisas em Ciências Humanas e Sociais. Brasília: Ministério da Saúde, **Diário Oficial da União**. 2016. Disponível em: <http://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2016/Reso510.pdf>. Acesso em: 18 ago. 2024.

CHAVES, C. M. et al. Socialização materna e comportamentos agressivos: percepção de mães de crianças com síndrome de Down e em desenvolvimento típico. 2018. **Tese (Doutorado)**, Programa de Psicologia Social, Universidade Federal da Paraíba, 2018. Disponível em: <https://repositorio.ufpb.br/jspui/handle/123456789/12146>.

HANSOTTE, L.; et al. Todos os pais esgotados são negligentes e violentos? Uma análise de perfil latente. **Revista de Estudos da Criança e da Família**, v. 158-168, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1007/s10826-020-01850-x>.

KOBARG, APR et al. Validação da Escala de Lembranças sobre Práticas Parentais (Embu). **Avaliação Psicológica**, Porto Alegre, v. 1, 2010.

LIN, Y. et al. O papel mediador do apoio social percebido: alexitimia e esgotamento parental em pais de crianças com transtorno do espectro autista. **Frontiers in Psychology**, v. 14, p. 1139618, 2023.

MACCOBY, EE; MARTIN, JA Socialização no contexto da família: interação pais-filhos. **Handbook of Child Psychology**, v. 4, p. 1-101, 1983.

MIKOLAJCZAK, M.; GROSSO, J.; ROSKAM, I. Esgotamento parental: o que é e por que é importante? **Ciência Psicológica Clínica**, v. 7, p. 1319-1329, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1177/2167702619858430>.

MUSITU, G.; GARCÍA, F. **ESPA29: Escala de estilos de socialização parental na adolescência**. Madri: TEA, 2001.

PAULA, AJ de et al. Burnout parental: uma revisão do escopo. **Revista Brasileira de Enfermagem** , v. 75, 2021.

RINALDI, CM; HOWE, N. Estilos parentais de mães e pais e associações com comportamentos externalizantes, internalizantes e adaptativos de crianças pequenas. **Early Childhood Research Quarterly**, v. 27, n. 2, p. 266-273, 2012.

RIANY, Y.; CUSKELLY, M.; MEREDITH, P. Estilo parental e relacionamento pai-filho: um estudo comparativo de pais indonésios de crianças com e sem Transtorno do Espectro Autista (TEA). **Revista de Estudos da Criança e da Família**, v. 26, p. 3559-3571, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1007/S10826-017-0840-3>.

SHIN, N. et al. Estresse parental e problemas de internalização das crianças: O papel dos estilos e práticas parentais. **Journal of Child and Family Studies** , v. 30, n. 1, p. 45-58, 2021.

SORKHABI, N.; MANDARA, J. Os efeitos dos estilos parentais de Baumrind são culturalmente específicos ou culturalmente equivalentes? **Advances in Child Development and Behavior**, v. 45, p. 33-72, 2013.