



ACADEMIA MILITAR

A Participação do Militar do Exército Português em Missões Internacionais e a sua Influência na Dinâmica do Sistema Familiar

Autor: Aspirante de Infantaria Vitor Daniel Machado Oliveira

Orientador: Professora Doutora Ana Maria C. Romão Leston Bandeira

Relatório Científico Final do Trabalho de Investigação Aplicada

Lisboa, abril de 2017



ACADEMIA MILITAR

A Participação do Militar do Exército Português em Missões Internacionais e a sua Influência na Dinâmica do Sistema Familiar

Autor: Aspirante de Infantaria Vitor Daniel Machado Oliveira

Orientador: Professora Doutora Ana Maria C. Romão Leston Bandeira

Relatório Científico Final do Trabalho de Investigação Aplicada

Lisboa, abril de 2017

EPÍGRAFE

“You sacrifice a lot of personal liberties when you put on an Army uniform; you go where you are told, do what you’re ordered to do, fight an enemy you’re ordered to fight. But that lack of freedom also makes things easier in a way. Many of your big, life-altering decisions are made for you.”

Kate Blaise

AGRADECIMENTOS

Recordando o passado, sinto que é o momento de venerar as amizades e todos os ensinamentos que dela surgiram, provindos daqueles que me acompanharam durante esta jornada.

À orientadora da Academia Militar, Professora Doutora Ana Maria C. Romão Leston Bandeira, pela disponibilidade e apoio, pelas orientações e conselhos e pela forma como me encorajou e me motivou.

Ao Tenente-Coronel de Infantaria Queiroga Pereira, Diretor de Curso Exército Armas, que contribuiu para o sucesso da minha turma e, acima de tudo, pela forma como compartilhou todos os seus conhecimentos.

Ao Tenente-Coronel de Infantaria António Oliveira, Diretor de Curso Exército Infantaria, pelos conhecimentos e conselhos sábios com que me brindou e, acima de tudo, por ter sido um verdadeiro exemplo de profissionalismo e de dedicação.

Ao Major de Infantaria Araújo e Silva, Adjunto de Curso Exército Infantaria, por compartilhar todos os seus conhecimentos e experiências, e por ter sido um exemplo de dedicação e profissionalismo.

Aos militares do Regimento de Comandos, por toda a sua hospitalidade e disponibilidade, contribuindo decisivamente para a elaboração da minha investigação.

A toda a minha família, com especial ênfase aos meus pais e irmão, que foram um grande pilar nesta longa caminhada.

A toda a família da minha noiva, em especial aos seus pais, Sr. António Correia e Sra. Emília Correia, que me receberam de braços abertos na sua família.

À minha noiva Joana Correia pelo seu amor e carinho e, essencialmente, por me fazer acreditar que tudo é possível, tendo sido a minha principal motivação e a chave para o meu sucesso.

RESUMO

A presente investigação teve como propósito central estudar as especificidades das vivências das famílias militares aquando da participação do militar do Exército Português em missões internacionais. Procuramos analisar as alterações manifestadas no sistema familiar, principalmente as dificuldades sentidas pelas cônjuges face às exigências impostas, identificar as estratégias de comunicação utilizadas para combater a ausência e caracterizar as perceções dos militares e cônjuges relativas às três fases da missão (pré-deslocamento, deslocamento e pós-deslocamento).

O estudo contou com uma amostra constituída por 9 militares do Regimento de Comandos e 5 cônjuges de militares desta mesma unidade, com idades compreendidas entre os 27 e os 52 anos. Recorreu-se a uma metodologia qualitativa, essencialmente baseada em entrevistas semiestruturadas, posteriormente tratadas segundo as técnicas de análise de conteúdo.

Os resultados obtidos revelam que a falta de tempo para a família é a principal exigência da vida militar, sendo que as necessidades da organização militar muitas vezes se sobrepõem às da família. As principais razões que conduzem os militares a participar em missões são, a remuneração/compensação financeira e o desenvolvimento pessoal e profissional. Fatores como a experiência, a duração e o local da missão, os laços entre o sistema familiar e as tarefas/funções desempenhadas influenciam as emoções sentidas no que respeita à participação em missões.

A dinâmica do sistema familiar é afetada durante as três fases da missão. Esta participação implica a alteração de rotinas, a mudança na expressão de afetos, cria sentimentos de negação, exige momentos de treino e preparação de diversos assuntos, a consciencialização da distância mental e física, a aquisição de maior autonomia por parte da figura parental feminina e distanciação face ao processo educativo dos filhos pelo militar.

A comunicação à distância (estabelecida diariamente através do Skype, telemóvel pessoal e email) permitiu fazer face à separação física e emocional e contribuiu para o fortalecimento da moral, dos laços relacionais e conduziu a uma melhoria do bem-estar.

Concluimos ainda que o regresso do militar se constitui num enorme desafio para as famílias, sendo necessários esforços para voltar à vida familiar normal.

Palavras – Chave: Missões Militares Internacionais; Família Militar; Sistema Familiar; Comunicação.

ABSTRACT

The current research study aims to study familiar experiences when one of its members had to participate in international deployment missions from the Portuguese Army. We sought to analyze changes in the family environment, namely problems faced by the partner and children, identify communication strategies used to minimize the feeling of loneliness, and characterize the perceptions of the soldiers and partners in the three different stages of the mission (pre-deployment, deployment and post-deployment).

This study is based on a sample of 9 soldiers and 5 partners of soldiers belonging to the Portuguese Army Comandos with ages ranging from 27 to 52 years old.

I employed a qualitative methodology, analyzed documents, recorded and analyzed interviews with the participants, using a categorical process and a hypothetic-deductive model.

The results revealed that the soldiers cannot dedicate enough time to their families due to Army's duties, which have often more priority than family. The main reason for enrolling in the international mission are financial as well as related to the personal and professional development. Experience, duration and location of the mission, the connection to the family and the tasks performed shape the emotions and the decision to enroll in a mission.

Family's dynamic is affected during the three phases of the mission. The enrollment in a mission leads to changes in routines, alteration of affections, feelings of denial, and a strong demand in terms of training and preparation, awareness of the physical and mental distance, acquisition of greater autonomy by the soldier's partner as well as failure to follow the children's development.

The communication was established daily via Skype, cell phone and e-mail, which enabled the shortening of the physical and emotional distance and contributed for mental strengthening, family connection and lead to a happier emotional state.

I also concluded that the soldier's return is also challenging since it requires a lot of effort to go back to the normal life with the family.

Key – Words: International Military Missions; Military Family; Family System; Communication.

ÍNDICE GERAL

EPÍGRAFE	i
AGRADECIMENTOS	ii
RESUMO.....	iii
ABSTRACT	v
ÍNDICE GERAL	vii
ÍNDICE DE TABELAS	ix
LISTA DE APÊNDICES.....	x
LISTA DE ABREVIATURAS, SIGLAS E ACRÓNIMOS	xi
INTRODUÇÃO.....	1
CAPÍTULO 1 – REVISÃO DA LITERATURA	4
1.1. Sistemas Internacionais e Missões de Paz	4
1.1.1. A Participação do Exército Português em Missões de Paz.....	6
1.1.2. A Integração dos Comandos na ISAF	9
1.2. Singularidades do Contexto Militar – Cultura Militar.....	10
1.3. A Evolução do Sistema Familiar	11
1.3.1. O Sistema Familiar: Subsistemas Conjugal e Parental.....	12
1.4. O Processo de Comunicação no Seio Familiar.....	14
1.4.1. A Comunicação no Ciclo da Missão	15
1.5. O Deslocamento Militar: As Fases da Missão e o Ciclo Emocional.....	18
1.5.1. Motivações representados pelas Missões Internacionais.....	20
1.5.2. Desafios e Dificuldades vs. Benefícios e Potencialidades.....	21
CAPITULO 2 – METODOLOGIA, MÉTODOS E MATERIAIS	25
2.1. Desenho de Investigação - Tipo de Abordagem.....	25
2.2. Pergunta de partida, hipóteses e objetivos de investigação	26
2.2.1. Questão Central	26
2.2.2. Hipóteses	26

2.2.3. Objetivos de investigação	27
2.3. Delimitação da Amostra	28
2.4. Métodos e Técnicas de Recolha de Dados	30
2.4.1. Instrumentos Utilizados	30
2.4.2. Procedimentos Formais e Éticos.....	31
2.4.3. Tratamento de Dados.....	32
CAPITULO 3 – RESULTADOS	34
3.1. Apresentação e Análise de Resultados	34
3.1.1. Apresentação e Análise do Grupo III: Realização e Expetativas Profissionais do Militar e Cônjuge.....	34
3.1.2. Apresentação e Análise do Grupo IV: Impacto da Vida Profissional na Família – Participação em Missões	35
3.1.3. Apresentação e Análise do Grupo V: Pré-Deslocamento – Preparação da Família	40
3.1.4. Apresentação e Análise do Grupo VI: Deslocamento - Comunicação e Parentalidade	42
3.1.5. Apresentação e Análise do Grupo VII: Pós-deslocamento: Reintegração	47
CAPITULO 4 – DISCUSSÃO DE RESULTADOS	52
CONCLUSÕES	56
RECOMENDAÇÕES.....	60
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	61
APÊNDICES	I

ÍNDICE DE TABELAS

Tabela nº1 – Conceito de Operações de Paz entre ONU e OTAN	6
Tabela nº2 – Perguntas Derivadas e Hipóteses de Investigação Formuladas.....	27
Tabela nº3 – Caraterização dos Militares Entrevistados/ Percurso nas Forças Armadas....	29
Tabela nº4 – Caraterização Sociodemográfica dos Militares Entrevistados	29
Tabela nº5 – Caraterização das Cônjuges Entrevistadas	30
Tabela nº6 – Caraterização Sociodemográfica das Cônjuges Entrevistadas	30
Tabela nº7 – Razões que conduzem os Militares Entrevistados a participar em missões ...	38
Tabela nº8 – Emoções sentidas durante o período de deslocamento.....	43
Tabela nº9 – Recursos utilizados (meios de comunicação).....	45
Tabela nº10 – Significado atribuído à comunicação	46

LISTA DE APÊNDICES

Apêndices

Apêndice A – GUIÃO DE ENTREVISTA (MILITARES)	II
Apêndice B – GUIÃO DE ENTREVISTA (CÔNJUGES)	VII
Apêndice C – RESPOSTA À ENTREVISTA (MILITARES).....	XI
Apêndice D – RESPOSTA À ENTREVISTA (CÔNJUGES)	XXX
Apêndice E – ÁRVORE DE CATEGORIAS	XXXVIII

LISTA DE ABREVIATURAS, SIGLAS E ACRÓNIMOS

- CCmds** Companhias de Comandos
- COMISAF** Commander of International Security Assistance Force
- EP** Exército Português
- FND** Força Nacional Destacada
- IEF** Initial Entry Force
- ISAF** International Security Assistance Force
- OAP** Operações Apoio à Paz
- OMLT** Operational Mentor and Liaison Team
- ONU** Organização das Nações Unidas
- ONUMOZ** Operação das Nações Unidas em Moçambique
- OSCE** Organização para a Segurança e Cooperação na Europa
- OTAN** Organização do Tratado do Atlântico Norte
- PALOP** Países Africanos de Língua Oficial Portuguesa
- PESD** Política Europeia de Segurança e de Defesa
- QD** Questão Derivada
- QRF** Quick Reaction Force
- RCFTIA** Relatório Científico Final do Trabalho de Investigação Aplicada
- RIA** República Islâmica do Afeganistão
- TO** Teatro de Operações
- UE** União Europeia
- UNAVEM III** Missão de Verificação das Nações Unidas em Angola III
- UNIFIL** Força Temporária das Nações Unidas no Líbano
- UNMIK** Missão das Nações Unidas no Kosovo
- UNPROFOR** Força de Proteção das Nações Unidas
- UNSC** United Nations Security Council
- UNTAET** Administração Transitória das Nações Unidas em Timor-Leste

INTRODUÇÃO

No âmbito do plano de estudos do curso de Ciências Militares da especialidade Infantaria, apresenta-se o presente Relatório Científico Final do Trabalho de Investigação Aplicada (RCFTIA), conducente à obtenção do grau de mestre, o qual constitui requisito para culminar a formação enquanto futuro oficial do Exército Português (EP).

O Tirocínio para Oficial de Infantaria é um momento determinante na formação de futuros militares, exigindo-lhes competências de conceção, realização, liderança e comando, tendo por base os conhecimentos adquiridos ao longo da formação. Neste sentido, pretende estabelecer relações entre a teoria e a prática, numa dialética constante entre o saber e o saber fazer. A nossa atuação futura exige uma coleta vigorosa de conhecimentos, informações e experiências, que serão fundamentais na construção de um leque de “instrumentos” que nos permitirão intervir com maior eficácia e eficiência.

Além da importância manifestada anteriormente, no que concerne ao desenvolvimento das capacidades de pesquisa, de recolha e de análise de informação, este trabalho, cuja temática é “A participação do militar do EP em Missões Internacionais e a sua influência na dinâmica do sistema familiar”, tem como objetivo primordial identificar e caracterizar as alterações manifestadas no sistema familiar durante a ausência do militar, devido à sua presença em missões internacionais. É sabido que este tipo de missões provocam um grande impacto quer no militar, quer no seu sistema familiar (Riviere & Merrill, 2010).

O serviço militar exige períodos de afastamento, a ausência dos familiares e associa-se a situações de risco e a fatores de *stress* (Baltazar & Salvador, 2012; Britt, Adler, & Bartone, 2001), sendo que os desafios a que os militares se encontram sujeitos se poderão constituir em ameaças à integridade e bem-estar do sistema familiar (Bowen, Martin & Mancini, 2013). O funcionamento do subsistema conjugal é confrontado com exigências pessoais e institucionais complexas, associando-se a desafios e perigos cada vez mais elevados (Bowen *et al.*, 2013). Assim, esta intervenção poderá fortalecer ou afetar o relacionamento familiar sendo fundamental averiguar a reação do casal e dos filhos face ao ciclo da missão.

Como tal, considerando que, de acordo com a bibliografia, o deslocamento militar causa um enorme impacto no seio familiar, importa analisar as principais dificuldades e benefícios reconhecidos tanto a nível individual como coletivo, inerentes à participação em missão.

Dada a especificidade das suas vivências, durante o período em que decorre a missão, a comunicação com a família permite estabelecer um maior equilíbrio emocional quer do militar bem como do cônjuge e filhos, e obter um desempenho mais favorável nas suas funções. Este é um dos recursos fundamentais utilizados pelos militares e respetivos cônjuges, durante o período de deslocamento do militar, para fazer face à distância física e emocional (Barbudo, Francisco, & Santos, 2014).

É neste contexto que se pretende recolher informações em torno das perceções dos militares e dos cônjuges sobre as experiências vivenciadas, analisar as estratégias utilizadas para lidar com a ausência e identificar as principais mudanças sentidas pela família antes, durante e após o período de deslocamento dos militares para participar em missões internacionais.

Em síntese, o principal objetivo desta investigação consiste em identificar e caracterizar as alterações percebidas no sistema familiar durante a ausência do militar, devido à sua presença em missões internacionais.

Assim sendo, esta investigação tem como objetivos específicos:

(1) Identificar quais as alterações manifestadas nos subsistemas conjugal e parental devido à participação dos militares em missões internacionais;

(2) Conhecer as principais exigências da vida militar e a sua influência no bem-estar da família;

(3) Identificar os fatores que poderão induzir diferentes emoções e colocar maiores adversidades à díade conjugal;

(4) Compreender quais os desafios/motivações representados pela participação do militar em missões militares internacionais;

(5) Identificar o significado atribuído à comunicação e conhecer os recursos de apoio utilizados para o estabelecimento da mesma;

(6) Caracterizar as perceções dos militares e cônjuges relativas às três fases da missão.

A estrutura do presente relatório organiza-se em quatro capítulos. O primeiro capítulo compreende o enquadramento teórico, no qual se definem conceitos e se focalizam pesquisas empíricas de referência sobre a problemática em estudo. Estabelecemos pontos de contacto

entre cultura militar, subsistema conjugal e parental, processo de comunicação, ciclo da missão e dificuldades e benefícios que advém do deslocamento militar.

O segundo capítulo apresenta e fundamenta o desenho da pesquisa e as opções metodológicas, delimitando o contexto de observação, a constituição da amostra e os métodos e técnicas de recolha e de tratamento de dados.

No terceiro capítulo procede-se à apresentação dos resultados apurados com base na análise de conteúdo das entrevistas realizadas aos militares e cônjuges, segundo uma lógica interpretativa de categorização das respostas.

No quarto e último capítulo discutem-se os resultados e as hipóteses formuladas, no intuito de dar resposta à pergunta de partida e testar a validade das hipóteses de investigação formuladas.

CAPÍTULO 1 – REVISÃO DA LITERATURA

1.1. Sistemas Internacionais e Missões de Paz

A Organização do Tratado do Atlântico Norte (OTAN) define as Operações de Paz como “operações multifuncionais conduzidas imparcialmente, normalmente em apoio de uma organização internacionalmente reconhecida, como a Organização das Nações Unidas (ONU) ou Organização para a Segurança e Cooperação na Europa (OSCE), envolvendo Forças Militares e Agências Diplomáticas e Humanitárias, e desenhadas para se atingir um acordo político de longo prazo ou outras condições específicas” (Exército Português, 2005, p. 14).

Após o término da Guerra Fria surgiram diversas mudanças no sistema internacional, e simultaneamente, foram criados novos desafios aos Estados, com o intuito de ser desenvolvida uma Política Europeia de Segurança e Defesa (PESD) coesa e unificadora, capaz de dar resposta aos conflitos existentes (Antas, 2008). As operações de paz adquiriram maior importância após este período, devido ao aparecimento de operações mais complexas e, conseqüentemente, de uma maior atividade desenvolvida, nas quais várias Organizações Internacionais, de entre elas a ONU, se envolveram.

Embora inicialmente a ONU utilizasse o termo genérico *peacekeeping*¹ para se referir a este tipo de operações, após a queda do muro de Berlim o termo *operações de apoio à paz*² adquiriu maior importância, com o intuito de melhor englobar a realidade (Teixeira, 2012).

Mais tarde, em 1992, fruto dos desafios colocados à ONU face ao novo contexto internacional, foi criada a Agenda para a Paz que veio atribuir conteúdo e significado aos novos domínios da intervenção da organização, no que respeita à manutenção da paz e segurança internacionais. Assim, para além de gerir conflitos violentos, passou a resolvê-los, impedindo que estes deflagrassem ou reativassem. Segundo esta Agenda, a ONU passou

¹ Segundo o Conselho de Segurança, *Peacekeeping*, cujo significado é manutenção de paz, traduz-se pelo envolvimento de operações militares relacionadas com processos de cessar-fogo, a monitorização de acordos de cooperação, e de direitos humanos, e questões relacionadas com as dimensões policial e civil (Carriço & Silva, 2008).

² Os pressupostos básicos que caracterizam uma operação de paz são: o consentimento (respeito pela soberania dos estados); o emprego da força militar exclusivamente em situações de autodefesa; o uso mínimo da força (ausência de material bélico ofensivo); e o comportamento imparcial da força de paz (Branco *et al.*, 2010).

a intervir sobre quatro áreas/atividades de ação distintas: a diplomacia preventiva; o *peacemaking*; a manutenção de paz; e a consolidação de paz. A primeira área consiste na criação de ações que permitem atenuar o desenvolvimento e a propagação de conflitos e impedem que estes se traduzam em violência. Por sua vez, o *peacemaking* diz respeito às ações adotadas pelos contendores com vista a um acordo entre ambos, ou seja, à criação da paz. A terceira atividade engloba a projeção da ONU num determinado território envolvendo militares e civis. Por último, a consolidação da paz compreende um conjunto de ações de apoio, reforço e solidificação da paz (Branco *et al.*, 2010; Teixeira, 2012).

No âmbito da Agenda de Paz, também outras organizações refletiram sobre algumas das questões em torno destas problemáticas e, consoante as suas necessidades, adaptaram os conceitos estabelecidos por esta, como é o caso da OTAN e da União Europeia (UE).

Assim, no seio da OTAN o conceito de paz evoluiu e, conseqüentemente, o envolvimento militar passou a ser considerado em duas vertentes: Operações de Defesa Coletiva e Operações de Resposta a Crises. As propostas taxionómicas relativas às operações de paz são similares entre a ONU e a OTAN. Embora para ambas a prevenção de conflitos deva enfatizar a diplomacia, a OTAN desenvolveu a possibilidade de utilizar forças militares para dissuadir as facções e sancioná-las. No que respeita à manutenção e imposição de paz, esta organização assemelha-se à ONU. Todavia atribui especial destaque ao cumprimento de uma determinada ação que induza as facções sem ter como alvo a derrota do inimigo.

O conceito de *peacemaking* segundo a OTAN deve realçar as ações diplomáticas adotadas após um conflito em prol de um cessar-fogo, sem descorar o apoio militar. Para esta organização, a consolidação de paz não deverá ser traduzida por um simples conjunto de atividades preventivas. Porém, considera que estas operações deverão ter um objetivo genérico, sendo que as operações humanitárias deverão ser conduzidas de uma forma independente ao contrário da ONU que as insere em operações de manutenção.

Tabela nº1 - Conceito de Operações de Paz entre ONU e OTAN

PROPOSTAS TAXINÓMICAS SEGUNDO	
A ONU (segundo o Suplemento da Agenda para a paz)	A OTAN (segundo a AJP 3.4)
- Diplomacia Preventiva e <i>peacemaking</i>	- Prevenção de Conflitos
- Manutenção de Paz	- Manutenção de Paz
- Consolidação da Paz, após Conflito	- Consolidação da Paz
- Desarmamento	- <i>Peacemaking</i>
- Sanções	- Ações humanitárias
- Ações de Imposição	- Imposição de Paz

Fonte: Adaptado de Branco *et al.* (2010)

Importa ainda salientar que as missões de paz, à luz de uma definição política, não podem ser definidas como guerra, isto porque devem ser tratadas como situações delicadas que envolvem responsabilidades de policiamento comunitário, cenários de segurança e de emergência (Júnior, 2002).

1.1.1. A Participação do Exército Português em Missões de Paz

Atualmente, Portugal integra um espaço político composto por 28 países (União Europeia, 2017) e face à centralidade do seu território, controla os movimentos marítimos do Atlântico e afirma-se como parte essencial na construção de uma arquitetura de paz e segurança do oceano. Esta condição valoriza o país na hierarquia de potências. Assim, Portugal forma hoje em dia um “triângulo estratégico mundial” (Palmeira, 2006, p. 216) visto que se encontra ligado a três grandes espaços internacionais (UE, Comunidade de Países de Língua Portuguesa (CPLP) e OTAN). Para além das obrigações decorrentes da sua integração na UE, Portugal encontra na lusofonia um espaço capaz de o ajudar a preservar a sua identidade cultural, enquanto que através da OTAN se integra num espaço que lhe permite manter uma força militar adequada e levar a sua bandeira até onde só no passado esteve presente, quando o mundo foi metade português e metade castelhano (Gomes, 2010).

No âmbito de organizações internacionais, Portugal tem participado em múltiplas Operações de Paz, tendo já mobilizado mais de 30 mil portugueses em mais de 30 Teatros de Operações (TO) em torno do mundo. Esta participação tem envolvido atividades no campo político, militar, humanitário, social e cultural, tal facto tem permitido ao país assumir novas responsabilidades, alterar o estatuto dos militares no seio das Forças Armadas,

contribuindo impreterivelmente para o seu reconhecimento e visibilidade internacional (Branco *et al.*, 2010).

O esforço das Forças Armadas e das autoridades nacionais para manter a participação militar portuguesa permite ao país estar na guarda avançada de países contribuindo para a manutenção da paz e segurança internacionais. Deste modo, é possível testar o grau de prontidão das nossas forças, melhorar procedimentos e interagir com forças estrangeiras adquirindo a experiência necessária para continuar com futuras operações e projetar o nosso potencial operacional (Gomes, 2008).

Contextualizando, a participação de Portugal em missões internacionais teve início em 1958, ano em que o país integrou pela primeira vez as missões de paz da ONU, no Líbano, embora de uma forma singular e esporádica, por um período reduzido de seis meses. Contudo, durante trinta e quatro anos a sua participação foi interrompida, e apenas em 1991, após o término da Guerra Fria, os militares Portugueses voltaram a intervir em missões internacionais de paz (Branco, 2015). A retoma da participação foi marcada pela verificação do cumprimento do cessar-fogo, feita por observadores internacionais, entre dois Estados: Eslovénia e República Federal da Jugoslávia, aquando do decorrer dos conflitos na ex-Jugoslávia. Posteriormente, a colaboração portuguesa foi alargada à Croácia e à Bósnia-Herzegovina, refletindo-se sempre numa postura neutra, visto que as principais prioridades do país residiam no estabelecimento de laços com os Países Africanos de Língua Oficial Portuguesa (PALOP), e na manutenção das relações transatlânticas (Antas, 2008).

Contudo, foi em 1993 que o EP enviou a sua primeira Força Nacional Destacada (FND) para Moçambique, dando início ao envolvimento português em Operações de Apoio à Paz (OAP). Desde então, o país tem vindo a participar como colaborador em diferentes conflitos com maior ou menor representatividade (Branco *et al.*, 2010).

No âmbito das intervenções portuguesas destacam-se os seguintes TO:

- Moçambique (1993) - integração do EP em comissões de acompanhamento e participação de um batalhão de transmissões na Operação das Nações Unidas em Moçambique (ONUMOZ);

- Angola (1995) - intervenção como mediador na Missão de Verificação das Nações Unidas em Angola III (UNAVEM III), com o objetivo de combater a guerra civil instaurada no país, e colaboração com observadores militares, com uma companhia de transmissões e com elementos para o quartel-general;

- Bósnia-Herzegovina (1995) - participação lusa na Força de Proteção das Nações Unidas (UNPROFOR) com uma FND composta por um batalhão de infantaria

aerotransportado, um destacamento de serviços e um conjunto de elementos para o quartel-general, com o objetivo de impedir o acesso de pessoal armado à zona de separação entre as fações em conflito e garantir a segurança;

- Kosovo (1999) - inicialmente o Exército conduziu a sua atividade operacional sobre uma área de responsabilidade e tinha como funções verificar e impor o cumprimento de acordos assinados, garantir a liberdade de movimentos nessa mesma área e cooperar com a Missão das Nações Unidas no Kosovo (UNMIK), mais tarde a FND instalou-se fisicamente em Pristina com a missão de construir uma reserva tática;

- Timor-Leste (2000) – no âmbito da missão da ONU, Portugal integrou a Administração Transitória das Nações Unidas em Timor-Leste (UNTAET) com a responsabilidade de garantir a administração do país e deste modo contribuir para o restaurar da paz e manutenção da sua segurança;

- Afeganistão (2002) - as unidades do Exército estiveram presentes através de uma companhia de reação rápida (Comandos e Paraquedistas) e de duas equipas de ligação e monitorização operacional, designadas por *Operational Mentor and Liaison Team* (OMLT) com uma missão de imposição de paz atribuída designada por *Quick Reaction Force* (QRF);

- Líbano (2006) – participação de uma força de engenharia militar portuguesa na Força Temporária das Nações Unidas no Líbano (UNIFIL) para criação de infraestruturas de sustentação e apoio a diversos contingentes (Branco *et al.*, 2010).

Deste modo, verificamos que Portugal tem vindo a criar mecanismos capazes de projetar as FND em TO distintos, com condições sociais e económicas adversas, e diferentes graus de exigência. A sua capacidade de resposta tem sido positiva e aperfeiçoada ao longo dos tempos, fruto de um leque de experiências adquiridas (Branco *et al.*, 2010).

Para além da intervenção do EP nas FND, o país envolveu-se noutra tipo de operações de paz associadas a participações individuais no âmbito de ações de apoio à formação e instrução (acompanhamento e apoio dos PALOP), em ações de recolha de cidadãos nacionais e no âmbito da Cooperação Técnico-Militar (Branco, 2009).

Atualmente, o EP tem cooperado na defesa militar da República, em operações humanitárias e de paz, na representação do país em instituições internacionais e na proteção e evacuação de cidadãos nacionais em áreas de tensão ou crise, respeitando os termos da lei e os compromissos decorrentes de tratados, de acordos e de convenções internacionais (Oliveira, 2010).

1.1.2. A Integração dos Comandos na ISAF

Após sucessivos ataques terroristas contra os Estados Unidos da América, o país iniciou uma guerra contra a República Islâmica do Afeganistão (RIA) com o intuito de capturar o líder da organização terrorista Al-Qaeda, Osama Bin Laden e os potenciais organizadores dos atentados. Perante esta necessidade, o United Nations Security Council (UNSC) determinou a constituição de uma força de assistência internacional designada por International Security Assistance Force (ISAF) liderada pela OTAN, a qual Portugal veio a integrar (Meneses, 2013) (Pinto, 2009). Esta força de segurança, constituída por 49 países, foi criada de acordo com a Conferência de Bonn³ em 2001 (Estado Maior General Forças Armadas, 2010). Posteriormente esta veio a definir cinco fases para a sua intervenção: avaliação e preparação, expansão geográfica, estabilização, transição e retração (Cardoso *et al.*, 2014).

Integrada na ISAF, a FND portuguesa tem vindo a desempenhar missões no âmbito da instrução, formação, treino, orientação e ensino dos procedimentos de apoio administrativo e logístico, e sustentação e proteção da própria força no TO do Afeganistão (EMGFA, 2010). Todavia, o início da participação na ISAF ocorreu em 2002, através da missão de prestar apoio de saúde ao regimento médico do Reino Unido em Cabul, tendo contribuído com uma equipa sanitária composta por militares dos três ramos das Forças Armadas por um período de três meses e com um destacamento de C-130 por quatro meses. Já em 2004, sob o comando da OTAN, Portugal voltou a participar na ISAF contando com a presença de uma equipa de controladores aéreos por um período de nove meses, de uma equipa de bombeiros por seis meses e com um destacamento de C-130 por um ano (Cardoso *et al.*, 2014).

No ano seguinte, os militares portugueses conduziram operações de apoio ao governo do Afeganistão e às Autoridades Afegãs, integrando a QRF⁴ do Commander of International Security Assistance Force (COMISAF). Sendo esta uma das forças mais versáteis ao serviço da ISAF, esteve envolvida numa panóplia de operações tendo como principais tarefas o estabelecimento e a manutenção da segurança, a reconstrução do Afeganistão e o desenvolvimento da estabilidade regional. Embora as QRF disponibilizadas por Portugal

³ Disponível em: <http://mfa.gov.af/Content/files/Bonn-agreement.pdf>, acessado no dia 15 de fevereiro de 2017.

⁴ Segundo os organismos da OTAN, a QRF representa uma força de escalão companhia com um elevado nível de prontidão e com a capacidade de intervir em situações de alto risco num curto espaço de tempo, sendo que deverá ter a capacidade de projetar um pelotão em 60 minutos e o remanescente da companhia em 120 minutos (Meneses, 2013).

tenham sido intercaladas entre Companhias de Comandos (CCmds) e Companhias de Atiradores Paraquedistas, pretendemos salientar a participação dos militares das CCmds. Estes assumiram principal destaque em cinco períodos: ISAF VIII da qual fazem parte dois períodos de intervenção, o primeiro de 03 de agosto de 2005 a 18 de fevereiro de 2006 e o segundo de 18 de fevereiro de 2006 a 29 de agosto de 2006; ISAF X também composta por dois períodos, o primeiro de 28 de fevereiro de 2007 a 28 de agosto de 2007 e o segundo de 28 de fevereiro de 2008 a 13 de agosto de 2008; e por último QRF/ISAF que decorreu desde 14 de abril de 2010 a 28 de setembro de 2010 (Meneses, 2013).

Segundo Ramalho (2016), os Comandos são uma força que tem na base da sua evolução operacional todo um conjunto de peculiaridades nacionais e históricas, capazes de a distinguir quando exposta às exigências de diferentes TO. Esta força criada durante a Guerra Colonial Portuguesa, unifica-se na constituição da Brigada de Reação Rápida (BRR) cuja função se prende com a preservação de identidade e das capacidades operacionais de uma força especial, caracterizando-a numa Initial Entry Force (IEF).

Inquestionavelmente “os Comandos são uma força de primeiro emprego em TO de grande exigência, aptos à execução de golpes de mão, de emboscadas e de recuperação de ativos nesse ambiente operacional” (Ramalho, 2016). Como tal, podemos inferir que os militares pertencentes a esta força primam pela sua versatilidade de emprego, disponibilidade, capacidade de adaptação a novas técnicas, táticas e equipamentos, elevado espírito de sacrifício e máxima prontidão.

Face ao exposto e perante as exigências do TO no Afeganistão as CCmds foram as eleitas para operar neste palco (Meneses, 2013).

1.2. Singularidades do Contexto Militar – Cultura Militar

As condições e exigências da vida militar traduzem-se num compromisso total por parte dos militares quer com a unidade, quer com a missão da unidade e também com os seus membros. Esta é a própria essência do conceito de coesão da unidade militar. O sentimento profundo de sentido de missão é também um compromisso para construir um mundo melhor e mais seguro, espelhando o propósito dos militares (Martin & McClure, 2000).

Segundo Hall (2008), existe uma cultura militar própria que, entre outros aspetos, se traduz por uma forte hierarquia, uma estrutura autoritária e rígida, e uma prontidão para o serviço que implica mobilidade/deslocamentos do militar com consequências para a

envolvência conjugal e familiar. Tais particularidades prolongam-se por vezes para o âmbito familiar, inclusivamente no que diz respeito ao autoritarismo como modelo de vida familiar. Neste tipo de famílias, as regras de comportamento e obediência a uma estrutura autoritária, vigoram tanto para os cônjuges como dos filhos, de acordo com um sistema hierárquico com base no domínio e subordinação (Hall, 2008).

O serviço militar exige a separação periódica da família, longas horas de trabalho e trabalho por turnos, a mobilidade para diferentes países e a participação em missões suscetíveis de implicar o sacrifício da própria vida (Segal, 1989, cit. por Karney & Crown, 2007, p. 18). A extrema dedicação a que o militar fica sujeito concorre para que a unidade militar funcione como uma segunda família onde se compartilham atitudes, crenças e expectativas, aspetos que no seu conjunto e levados ao extremo, podem causar tensão no sistema familiar (Hall, 2008).

Ainda que seja difícil equilibrar a vida militar com o sistema familiar, alguns estudos têm mostrado que os militares que têm famílias sólidas alcançam um melhor desempenho no seu trabalho visto possuírem uma base sustentada como parte integrante para o sucesso da missão e para a sua carreira profissional (Fenell & Weinhold, 2003, cit. por Hall, 2008, p.53).

1.3. A Evolução do Sistema Familiar

Ao longo das últimas décadas, o conceito de família tem sofrido profundas transformações face a novas configurações, tendências e progressos que se refletem numa organização familiar mais evoluída, tendo em conta uma análise sob uma perspetiva sistémica e comunicacional (Dias, 2011).

Segundo Beltrão (1989, p. 17), a família pode ser definida como um “grupo social no qual os membros coabitam unidos por uma complexidade muito ampla de relações interpessoais, com uma residência comum, colaboração económica e no âmbito deste grupo existe a função da reprodução”. Complementando este entendimento, Relvas (2004) considera que a família deve ser entendida como um todo e simultaneamente uma emergência dos elementos que a integram. Na mesma linha, Dias (2011) refere que a família é simultaneamente um sistema e um processo de interação e integração dos seus elementos, no qual a comunicação representa a base de todo o sistema. A família distanciou-se do modelo tradicional, complexificou-se e assumiu vertentes em que os sentimentos e os afetos passaram a destacar-se dos aspetos biológicos (Dias, 2000).

Antes da década de sessenta a sociedade era estritamente marcada pela diferenciação de género, verificando-se funções distintas entre homens e mulheres. Enquanto que o homem tinha o dever de trabalhar para sustentar e proteger a família (“provedor da família”), a mulher mantinha funções domésticas e trabalhos agrícolas (“dona de casa”) (Hirdman, 1998; Aboim, 2010). Deste modo, o homem ocupava um lugar na família baseado em três funções primordiais: provedor, enquanto meio de sustento; chefe, representando a autoridade perante a família; e protetor, tendo inerente a obrigação de prestar assistência aos seus dependentes (Wall, 1998).

Na década de sessenta a atividade feminina aumentou, o casamento e o nascimento de um filho deixaram de ser barreiras para a inserção da mulher no mercado de trabalho e a escolaridade feminina ampliou-se (Aboim, 2010). A mulher saiu de casa para iniciar uma atividade económica para além do trabalho doméstico, o número médio de filhos diminuiu, as famílias recompostas aumentaram e também o número de famílias em união de facto (Dias, 2011). Os principais fatores apontados como responsáveis por estas mudanças são de diversas ordens: económicos, políticos, sociais, culturais, demográficos e tecnológicos (Dias, 2011).

No caso português em particular, constatou-se o aumento do emprego feminino principalmente em mulheres jovens e solteiras. Tal facto impulsionou alterações nas relações de género e na vida familiar, favorecendo uma divisão mais simétrica e igualitária da divisão do trabalho (Lewis, 2001; Pascall, Gillian & Lewis, 2004).

No decurso destas mudanças reconfiguraram-se os papéis sociais masculinos no sentido de um maior envolvimento na vida familiar, quer nos cuidados com os filhos, quer na colaboração mútua entre homem e mulher (Aboim, 2010).

Porém, apesar desta reestruturação de papéis, a maior parte das funções que dizem respeito à organização interna da vida familiar continuam a incidir sobre a mulher, de entre as quais se salientam os trabalhos domésticos, os cuidados com os filhos e com as pessoas dependentes (Dias, 2011).

1.3.1. O Sistema Familiar: Subsistemas Conjugal e Parental

Numa perspetiva sistémica, a estrutura familiar pode ser dividida em quatro subsistemas, segundo as normas de relacionamento entre os diversos membros que a constituem. Deste modo, o subsistema conjugal diz respeito à relação de interdependência existente entre os cônjuges, que se traduz numa relação simbiótica, de complementaridade e

cooperação. O subsistema filial é composto pelos filhos que estabelecem relações cooperativas e de negociação com os pais e irmãos. O subsistema parental refere-se às pessoas que compõem o casal e desempenham por isso o papel de pais através de um vínculo afetivo, cujas principais funções se prendem com o desenvolvimento da educação, a socialização, o afeto e a proteção. Por último, o subsistema fraternal envolve as relações cooperativas entre irmãos (Relvas, 1996).

Os diversos elementos que constituem os subsistemas descritos anteriormente, desenvolvem relações singulares entre si, fruto de diversas influências internas e externas, as quais se traduzem em padrões de relação distintos, formando deste modo a designada estrutura familiar (Batista, 2001, cit. por Dias, 2011, p. 149).

Para além da divisão do conceito de família em subsistemas, importa também compreender as etapas que constituem o ciclo familiar. Segundo Relvas e Alarcão (2002), devem ser entendidas 5 etapas distintas: a primeira diz respeito à formação do casal pela união de dois elementos; a segunda à família com filhos pequenos, que tem início logo após o nascimento do primeiro filho; a terceira à família com a entrada dos filhos na escola que representa o seu crescimento; a quarta à família com os filhos adolescentes e por último a quinta etapa engloba a família já com os filhos adultos que se traduz por uma nova dinâmica familiar devido à sua saída de casa (Pires, 2008, p. 8).

Dentro do sistema familiar, cada indivíduo apresenta diferentes especificidades e funções consoante o subsistema a que pertence, sendo que poderá pertencer a mais do que um em simultâneo. Assim sendo, cada etapa contempla as suas exigências, implica o reajustamento dos padrões relacionais, podendo ocasionar tensões, especialmente quando as mudanças são significativas, como ocorre com a parentalidade (Pires, 2008). Sendo a família o principal meio de transmissão de aprendizagens e de desenvolvimento de interações, é neste espaço que o pai e a mãe, elementos constituintes do subsistema parental, educam e protegem os seus filhos, marcando a sua autoridade e implementando o sentido de filiação (Alarcão, 2006).

A parentalidade engloba todo um conjunto de funções desempenhadas não só pelos pais biológicos, mas também por outros elementos que contribuem para a educação e integração das gerações mais novas na sociedade (Sousa, 2006). Esta afirma-se numa das etapas mais relevantes do ciclo vital da família, visto que permite o desenvolvimento constante dos filhos através da aliança estabelecida com os membros que os educam e influenciam o seu percurso (Machado, 2008). O conceito de parentalidade pode ser definido por um “conjunto de ações encetadas pelas figuras parentais (pais ou substitutos) junto dos

seus filhos, no sentido de promover o seu desenvolvimento da forma mais plena possível, utilizando para tal os recursos de que dispõe dentro da família e, fora dela, na comunidade” (Cruz, 2005, p. 13).

Para além de um desafio, a parentalidade torna-se extremamente exigente para os pais, uma vez que o nascimento de um filho compromete uma mudança de rotinas e adaptações diversas tendo em conta as necessidades do bebé, o que conseqüentemente obriga o casal a novas responsabilidades (Crespo, 2007).

Nos modelos tradicionais, o subsistema conjugal encontra-se inerente ao subsistema parental (Sousa, 2006). Assim, nos moldes tradicionais, o conceito de conjugalidade engloba a díade estabelecida por dois indivíduos comprometidos numa relação, com vista ao desenvolvimento de uma família e negociação de papéis (Pires, 2008). Nestes casos presume-se o desenvolvimento de uma relação de parentalidade, com o assumir de características e funções expressamente associadas à capacidade dos elementos cooperarem, assumirem responsabilidades e resolverem os conflitos centrados na criança. Para tal é fundamental o desenvolvimento de um apoio recíproco no que concerne à gestão das tensões inerentes na criação de um filho (Egeren, 2004). Assume-se, enfim, que um sistema familiar, enraizado, rico em partilhas, assente em valores e no cumprimento mútuo de responsabilidades, permitirá um melhor equilíbrio de compromissos e o desenvolvimento e a integração da criança na sociedade (Dias, 2011).

1.4. O Processo de Comunicação no Seio Familiar

A comunicação tem um lugar fulcral no âmbito relacional, uma vez que através dela se estabelecem e sustentam as ligações com os outros (Vangelisti, 2004). Comunicar acarreta algumas exigências de entre as quais, treino, aprendizagem, reflexão, prática, atitudes e comportamentos que envolvem palavras, gestos e outras formas de expressão (Dias, 2011). Entendida neste sentido amplo, a comunicação supõe a participação ativa dos envolvidos no processo (Epstein, Bishop, Ryan, Miller & Keitner, 2003). Comunicar subentende uma relação que, além de colmatar a solidão, promove a expressão do indivíduo permitindo-lhe satisfazer as suas necessidades intelectuais, afetivas, morais e sociais sendo estas essenciais para o sistema familiar (Dias, 2011). Assim, as práticas de interação formativa, relacional, educacional, de integração e interação social dos seus elementos concentram-se na comunicação e permitem o equilíbrio do sistema familiar (Dias, 2011). Como nota Fa'alau

(2016), o tipo de comunicação estabelecido na família pode inclusivamente afetar positivamente a saúde e o bem-estar dos seus elementos.

Sendo um fator determinante das relações sociais e familiares, a comunicação reflete e constrói a realidade familiar (Koesten, 2004; Saphir & Chaffe, 2002). O desenvolvimento do processo comunicativo na família é influenciado pelas normas sociais e pelo comportamento de cada indivíduo, que por sua vez poderá determinar a continuidade e a consistência das relações estabelecidas, ou originar transformações e mudanças no decurso das interações (Relvas, 1996).

Progressivamente o indivíduo desenvolve um sentimento de pertença a uma família e a consciencialização de quem é, devido ao experienciar de emoções e afetos positivos ou negativos e, conseqüentemente, ao fortalecimento de algumas aprendizagens (Relvas, 1996; Alarcão, 2006). A comunicação entre pais e filhos ganha relevância neste processo, e a sua qualidade influencia os sentimentos, as habilidades e as capacidades das crianças no que respeita ao relacionamento com familiares e à sociedade em geral (Fa'alau, 2016). Peterson (2005) relatou que a comunicação eficaz é mais facilmente encontrada em famílias fortes e saudáveis do que em famílias disfuncionais e problemáticas. Segundo o autor, a má comunicação pode causar sérios problemas emocionais e sociais para a família. A comunicação é mais relevante na relação entre progenitor e filho uma vez que os pais se constituem na maior influência na vida moral dos seus descendentes (Weissbourd, 2010).

O processo de comunicação é desenvolvido com base nas perceções e reações dos membros da família que por sua vez se ajustam a padrões e estilos de comunicação. Zhang (2007) argumentou que estes padrões se encontram enraizados nas relações familiares e que podem ser transmitidos de geração em geração. Porém, outros autores (Koesten, 2004; Koerner & Fitzpatrick, 2006; Koesten & Anderson, 2004) consideram que diferentes famílias podem reagir de maneira diferente a estes padrões de comunicação.

1.4.1. A Comunicação no Ciclo da Missão

No passado, a comunicação dos militares deslocados com as suas famílias estava praticamente limitada ao correio, com o inerente compasso de espera entre o envio e a receção de uma carta ou de uma encomenda (Schumm, Bell, Ender & Rice, 2004). Atualmente e graças ao desenvolvimento tecnológico, podemos conceptualizar as possibilidades de comunicação em dois termos distintos: retardada quando é efetuada por cartas, encomendas via correio e emails; ou interativa quando são estabelecidas chamadas

telefónicas, enviadas mensagens instantâneas, realizadas videochamadas e videoconferências (Carter, Loew, Allen, Stanley, Rhoades & Markman, 2011; Greene, Buckman, Dandeker & Greenberg, 2010 cit. por Barbudo, 2013, p. 6).

Em suma, qualquer que seja o meio físico usado para estabelecer a ligação, a comunicação à distância constitui um recurso fundamental para fazer face à separação física e emocional a que militares e famílias ficam sujeitos durante o ciclo da missão.

A comunicação frequente com o parceiro poderá diminuir o isolamento e a solidão de ambos os elementos, facilitar as interações familiares, aumentar a eficácia no trabalho e a saúde mental do militar, manter ou melhorar o casamento e até mesmo evitar a perda de intimidade conjugal (Barbudo *et al.*, 2014), principalmente quando realizada em momentos importantes (ex. aniversários, casamentos, e outros momentos festivos) (Pincus, House, Christensen & Adler, 2001). Quando os militares têm a possibilidade de se manter em contacto com a família torna-se mais fácil lidar com a distância e surgem tendencialmente menos conflitos na compatibilização entre trabalho-família (Brasher, Dew, Kilminster & Bridger, 2010).

Porém, apesar da comunicação à distância permitir uma melhor adaptação conjugal a esta separação forçada (Schumm *et al.*, 2004), nem sempre é fácil estabelecê-la, sendo que, muitas vezes torna-se limitada e incerta (Barbudo *et al.*, 2014). Por um lado, os militares podem passar várias semanas sem realizar a sua primeira chamada para casa e, conseqüentemente, potenciar o desenvolvimento de uma elevada ansiedade para as suas famílias, uma vez que para a maioria dos cônjuges dos militares a possibilidade de falar com os seus entes queridos lhes proporciona uma maior tranquilidade e segurança (Pincus *et al.*, 2001). Com efeito, Pincus *et al.* (2001) verificaram que muitos cônjuges relatam alguma frustração no que respeita aos contatos telefónicos, desde logo por dependerem da iniciativa do militar, a qual, por sua vez, pode estar subordinada a condições que ultrapassam a vontade deste. Alguns cônjuges sentem-se assim “presos” em casa enquanto aguardam ansiosamente por uma chamada. Por outro lado, os militares caso esperem muito tempo para realizar um telefonema ou caso este não seja atendido poderão sentir-se esquecidos, enraivecidos e até mesmo ressentidos.

Acresce que os contextos de comunicação à distância (por telefone ou outro meio) se prestam a distorções ou perceções equivocadas, suscetíveis de fragilizar a relação do casal. A qualidade do telefonema poderá também influenciar o relacionamento familiar uma vez que “maus” telefonemas podem gerar situações de *stress* e até mesmo a necessidade de apoio ou aconselhamento. O facto de ser difícil ocultar/revelar dificuldades significativas

(problemas escolares, revolta dos filhos, acidente de carro, finanças, etc.) ou até mesmo sentimentos de dor, raiva, frustração e perda pode ocasionar situações perturbadoras, contribuindo para que tanto o cônjuge como o militar se sintam desamparados e impotentes na resolução de alguns problemas (Pincus *et al.*, 2001).

A possibilidade de acesso a telecomunicações rápidas e pessoais (Schumm *et al.*, 2004), com recurso a mensagens instantâneas trouxe ao soldado comum uma mudança expressiva nas possibilidades de comunicação, incluindo a utilização das redes sociais (ex. Facebook e Skype). Tal facto permite aos militares manter contatos regulares com os seus próximos, participar em momentos festivos em tempo real, fazer cursos on-line e até assistir a jogos dos seus clubes preferidos. No que respeita aos cônjuges, os novos recursos comunicacionais possibilitam mais liberdade de ação, pois podem ser os próprios a tomar a iniciativa do contacto, sem ficar na dependência do telefonema.

Apesar da diferença horária entre os países, muitas famílias mantêm-se acordadas de madrugada para poderem comunicar em tempo real com os seus entes queridos. Todavia, este progresso a nível tecnológico não acarreta apenas vantagens, visto que pode até mesmo causar alguma desconcentração por parte dos militares devido ao acompanhamento em tempo real de todos os problemas (The New York Times, 2011). Assim, a facilidade de comunicação poderá aliviar alguns dos receios, mas também alimentá-los, dado o hábito que se cria em falar diariamente com os militares. Relatos de famílias norte americanas mencionam que quando o militar demora algum tempo a estabelecer o contacto ou a “dar notícias”, gera-se um sentimento de inquietação e ansiedade (The New York Times, 2011).

Segundo Martins (2013), a possibilidade de manter o contacto com a família, de forma a lidar com as situações vivenciadas durante o deslocamento, permite ampliar as respostas emocionais e a consciência das preocupações familiares. Também num estudo realizado por Jacobs e Hicks (1987) constatou-se que um casal que se encontra separado e não consegue comunicar frequentemente tem tendência a diminuir a sua intimidade (cit. por Martins, 2013, p.11). Mantendo a mesma linha de pensamento, Karney e Crown (2007) concluíram que os meios de comunicação são extremamente úteis para as famílias, podendo aliviar o *stress* e promover a intimidade.

A multiplicidade de meios permite ainda fazer escolhas, podendo, por exemplo, o recurso ao email ser adotado para situações em que importa filtrar emoções sentidas e assim expressar conteúdos de uma forma mais consciente e ponderada, sem a componente do imediatismo (Pincus *et al.*, 2001).

A possibilidade dos militares poderem comunicar com as suas famílias contribuí para a satisfação e bem-estar do sistema familiar. A comunicação frequente ajuda os militares a continuarem a sentir-se parte integrante da família, a estar a par dos acontecimentos e a manter a intimidade no relacionamento, importante também para a readaptação após o regresso (Booth et al., 2007).

Em suma, é fulcral assegurar que os meios de comunicação estão acessíveis e disponíveis durante o período de deslocamento do militar (Greene *et al.*, 2010), uma vez que a sua inexistência poderá aumentar o risco de desenvolvimento de problemas de saúde mental, essencialmente nas fases de ausência física e geográfica dos cônjuges (Barbudo *et al.*, 2014). Não obstante, importa que tanto os militares como os cônjuges reconheçam que o apoio direto disponível ao seu companheiro é limitado durante o período de missão (Pincus *et al.*, 2001).

1.5. O Deslocamento Militar: As Fases da Missão e o Ciclo Emocional

Ser militar implica declarar prontidão para defender a nação e, conseqüentemente, desempenhar funções em diversas áreas geográficas, quer sejam dentro ou fora do país. Como tal, participar em missões internacionais representa uma oportunidade para o militar enfrentar desafios e exigências, que implicam diversas mudanças, de entre as quais se destacam o afastamento do território nacional e do sistema familiar (Dias, 2015). Por conseguinte, as missões internacionais implicam imperativamente a deslocação do membro militar para fora do país (Paley, Lester & Mogil, 2013; Vilhena, 2005).

Segundo Card *et al.* (cit. por Francisco, 2016, p. 4), o deslocamento do militar é entendido como “um movimento estratégico dos serviços militares (pessoas e materiais militares) de uma base-casa para uma base de combate militar ou para operações de apoio à paz”. Este varia em termos de duração, mas de uma forma geral, prolonga-se entre os seis e os dezoito meses. Paralelamente, poderá apresentar finalidades distintas (treino, missões internacionais e combate), além de estar associado a vários fatores de riscos para o militar (Francisco, 2016). Apesar de ser um acontecimento frequente para as famílias no contexto militar, trata-se de um período que implica a realização de novas tarefas, a alteração de rotinas e o enfrentar de desafios emocionais, culminando em momentos de instabilidade e de mudanças no sistema familiar como se mencionou no subcapítulo anterior (Paley *et al.*, 2013; Sheppard, Malatras & Israel, 2010). Embora o deslocamento seja um evento com períodos preconizados, também pode ser entendido como um processo que se inicia com a

preparação do militar antes da sua saída para o local destacado (Sheppard *et al.*, 2010) e com a (re)adaptação e (re)integração do mesmo no seio familiar após o término do deslocamento (Paley *et al.*, 2013).

Assim, vários autores (designadamente Van Breda, 1996; Sheppard *et al.*, 2010; Paley *et al.*, 2013) consideram três fases sucessivas: pré-deslocamento (aprontamento), deslocamento e pós deslocamento. Também o sistema militar português se rege por esta divisão quando se refere às fases que compõem a missão (Andrade da Silva, Paiva, Cerdeira & Rodrigues, 1998; Vilhena, 2005).

Já no âmbito de estudos realizados pela *American Psychological Association*, se aponta para uma sucessão de quatro fases distintas: o pré-deslocamento, que compreende a notificação até à partida; o deslocamento que abrange o período de partida até ao retorno; a reunião também denominada por reafecção; e por último pós-deslocamento (American Psychological Association, 2007).

Especificando mais detalhadamente o ciclo emocional associado a todo este processo, Pincus *et al.* (2001) identificam cinco fases: pré-deslocamento, deslocamento, sustentação, pré-reencontro e pós-deslocamento. O pré-deslocamento inicia-se com a ordem/comunicado de deslocamento e termina quando o militar se desloca da residência para o local destacado. Esta fase caracteriza-se por sentimentos de negação, face à antecipação da perda, momentos de treino e preparação de diversos assuntos e consciencialização da distância mental e física, podendo prolongar-se desde semanas até mais de um ano.

O deslocamento compreende o período desde a saída da residência até ao primeiro mês de deslocamento, onde o militar vivencia uma panóplia de emoções que poderão mesmo causar alguma desorientação e opressão. A sustentação abrange o período de tempo entre o primeiro mês de deslocamento até ao décimo oitavo mês, no qual os familiares dos militares estabelecem apoios, novas rotinas e se encorajam na tomada de decisões através da aquisição de uma maior confiança na resolução e tomada de decisões. A fase do pré-reencontro compreende o último mês antes do militar regressar à sua residência, sendo este um período intenso caracterizado pela explosão de energia devido à excitação do regresso a casa. Por último, o pós-deslocamento inicia-se com a chegada do militar à sua residência, contudo esta pode variar desde os três aos seis meses dependendo de cada família. Este período exige a reintegração do militar na família e a progressiva readaptação de rotinas, face às exigências de uma ausência prolongada (necessidade do próprio espaço e independência). É também nesta altura que o militar sente reconhecido o seu desempenho através de louvores (Pincus *et al.* (2001).

Por sua vez, o modelo de ciclo proposto por Van Breda (1996), partindo igualmente das três fases antes enunciadas (pré-deslocamento, deslocamento e pós-deslocamento) identifica sete etapas que abrangem as diferentes experiências vivenciadas pelos cônjuges dos militares ao longo de todo o período da missão. As etapas descritas por este modelo procuram caracterizar diferentes estímulos emocionais e explicar as alterações na dinâmica conjugal, sendo elas as seguintes: 1) Antecipação da perda: 4 a 6 semanas antes do deslocamento, momento de preparação para a separação e confronto com uma nova realidade (cuidar sozinho dos filhos e de outros problemas); 2) Desvinculação e retirada: últimos dias da partida, sensação de distância emocional e física; 3) Desorganização emocional: primeiras 6 semanas em missão, associadas ao reajustar do funcionamento familiar através da gestão de novos papéis e responsabilidades e vivência de uma panóplia de emoções; 4) Recuperação e estabilização: a meio da missão, reestruturação do cônjuge mantendo o equilíbrio emocional; 5) Antecipação do regresso: 6 semanas antes do regresso, preparação para a reintegração do militar no seio familiar, desenvolvimento de preocupações adjacentes ao reencontro; 6) Renegociação do Contrato conjugal: 6 semanas após o regresso, sentimento de independência perdido associado a uma reestruturação dos papéis; e 7) Reintegração e estabilização: 6 a 12 semanas após o regresso, adaptação do militar ao retorno a casa, retoma de rotinas e dinâmicas do funcionamento familiar (Van Breda, 1996).

Em suma, para os autores citados, cada fase deve ser entendida como um período de tempo repleto de desafios emocionais específicos, os quais devem ser compreendidos de forma distinta e tratados em função das peculiaridades de cada família militar, com o intuito de evitar crises e de minimizar a necessidade de intervenção ou aconselhamento de saúde mental, caminhando deste modo no sentido da normalização (Pincus *et al.*, 2001).

Refira-se, que apesar da participação dos militares em missões poder alterar o padrão de funcionamento comum do sistema familiar, perante as exigências emocionais e comportamentais, tem simultaneamente potencial para promover a resiliência e o crescimento individual e coletivo, e reconhecer a qualidade do funcionamento do subsistema conjugal, dependendo do modo como são mobilizados os recursos (Bóia, 2014).

1.5.1. Motivações representados pelas Missões Internacionais

Os militares apresentam motivos de diversas ordens que os conduzem a abraçar com entusiasmo e expectativa a oportunidade de integrarem missões internacionais. Num estudo elaborado por Tomforde (2005) sobre a motivação de militares alemães nas missões de Paz

à Bósnia (2003) e Herzegovina (2004), o autor constatou que as principais motivações para voltar a participar numa missão se encontram relacionadas com o espírito de camaradagem e com a compensação financeira.

Mais tarde, num estudo com um grupo de militares suecos, na 14^a missão ao Kosovo em 2006, Hedlund (2011) verificou que a aventura, as experiências significativas e a realização pessoal se afirmam nos principais motivos para a ida em missão. O salário extra, bem como a oportunidade de desenvolvimento profissional são apontados como fatores a ter em conta para aceitar este desafio (cit. por Gavinho, 2012, p. 11). Aplicar a cultura militar, progredir na carreira (Castaneda *et al.*, 2009), a oportunidade de vivenciar experiências únicas e explorar culturas diferentes são também aspetos positivos que se associam ao deslocamento (Sheppard *et al.*, 2010).

Os soldados atribuem menor grau de importância à possibilidade de ajudar ou fazer algo pelos outros (Hedlund, 2011 cit. por Gavinho, 2012, p. 11).

A realização de uma tarefa difícil em ambiente estimulante, o desenvolvimento e progresso profissional, a realização pessoal e a melhoria da situação financeira elevam os níveis de autoestima dos militares, aumentam a sua maturidade e poderão também conduzi-los a participar em missões internacionais (Castaneda *et al.*, 2009; Litz, Maguen, Wang, & Cook, 2004; Karney & Crown, 2007).

1.5.2. Desafios e Dificuldades vs. Benefícios e Potencialidades

Embora a maioria dos estudos sobre a temática em questão sejam constituídos por amostras de militares norte-americanos, também o EP enfrenta situações de risco, fatores de *stress*, e períodos de afastamento e ausência familiares (Baltazar & Salvador, 2012; Britt *et al.*, 2001). Os desafios e as exigências do serviço militar durante o período de missão são cada vez mais complexos e, por isso, constituem ameaças à integridade e bem-estar do sistema familiar (Bowen *et al.*, 2013). Ao longo dos tempos, apesar dos deveres e serviços militares terem sido sempre stressantes devido ao elevado ritmo e perigos associados às exigências operacionais, a carga emocional muito elevada sobre as famílias militares é hoje em dia objeto de maior atenção (Chandra, Burns, Tanielian & Jaycox, 2011).

Diversos autores têm vindo a identificar desafios e dificuldades às quais o sistema familiar se encontra sujeito ao longo de todas as fases do ciclo de deslocamento (Barbudo, 2013).

Bowen e Orthner (1989) observaram que as famílias militares são um tipo de "organização familiar" cujas necessidades muitas vezes se sobrepõem às da família. Existem também fatores de *stress* que se relacionam com o contexto militar e podem afetar a saúde física e mental dos militares (Bartone, 2006; Waller *et al.*, 2012), de entre os quais se destacam a adaptação ambiental associada a períodos de saudade (Han & Kim, 2001), a separação física e emocional da família e comportamentos de ansiedade (Litz *et al.*, 2004).

O funcionamento do sistema conjugal é confrontado com exigências pessoais e institucionais complexas, sendo que os desafios e perigos que lhe estão associados são cada vez mais elevados (Bowen *et al.*, 2013). Em 1988, Segal enunciou as cinco exigências primordiais que deverão ser consideradas pelas famílias militares. Em primeiro lugar referiu o risco de ferimento ou morte ao qual o militar se encontra sujeito. Como segunda exigência estabeleceu a necessidade de mobilidade geográfica que obriga o militar a ausentar-se do seu país. Em terceiro definiu a separação do militar da família por um determinado período de tempo. O quarto aspeto diz respeito à residência em países estrangeiros e por último, a quinta exigência compreende a pressão exercida pela instituição sobre a família devido à sua condição de família militar (Barbudo, 2013).

Posteriormente, Wright, Burrell, Schroeder e Thomas (2006) referiram que quanto mais longa for a participação do militar numa missão internacional maiores poderão ser as adversidades colocadas à díade conjugal, no que diz respeito ao aumento de conflitos, ao decréscimo de felicidade, ao desenvolvimento de situações de *stress* e à diminuição de interações entre o militar e o cônjuge.

Na tentativa de suplantar a ausência do militar, como se tem vindo a dizer, as famílias são confrontadas com a necessidade de realizar algumas mudanças, inclusive uma reestruturação de papéis (Baker, Cove, Fagen, Fischer & Janda, 1968 cit por Barbudo, 2013, p. 5). Quanto ao sustento das funções da casa, o cônjuge, mais frequentemente a mulher, vê-se obrigado a desempenhar funções monoparentais entre outras responsabilidades, o que pode gerar alguma tensão na relação conjugal e até mesmo a sua desestruturação (Allen, Rhoades, Stanley & Markman, 2011; Hall, 2008; Palmer, 2008, cit por Bóia, 2014, p. 6).

Todavia, o cônjuge que fica, (normalmente a mulher), torna-se mais independente devido à necessidade de assumir o papel de “chefe de família” e de assumir todos os encargos face à ausência do militar. Como observaram Booth *et al.* (2007), durante o período de deslocamento, os cônjuges desenvolveram novas habilidades e competências que vieram a manifestar-se numa fonte de orgulho e de sentimento de independência. Nesta linha de pensamento, Martins (2013) constatou que as principais aprendizagens e benefícios da

missão são o desempenho de novos papéis, a aquisição de uma maior autonomia, o desenvolvimento e um maior à vontade na realização de tarefas e a possibilidade de construir novas competências.

Face a esta separação forçada, a família deverá consciencializar-se que “cada um irá experimentar mudanças nos papéis e sentido próprio, o que poderá criar um desafio após o regresso do militar e prejudicar os esforços para voltar à vida familiar normal” (Pisano, 2010, p. 1).

Para além destes aspetos, Martins (2013) revela que as crianças manifestam comportamentos de saudade e ansiedade no período de deslocamento do pai. Paralelamente, poderão desenvolver problemas académicos, psicológicos, de saúde e comportamentais quanto mais duradora for a ausência da figura paternal em missão (Booth et al., 2007; Lester & Flake, 2013). Neste sentido, embora as crianças se apresentem orgulhosas pelo facto do pai servir o país, a maioria dos militares relatou que os filhos recordam esta experiência como sendo um período muito triste e preferem não falar sobre isso, sendo que muitas crianças consideram ter sido o pior ano da sua vida (Miller, 2016).

Paralelamente, num estudo elaborado por Walsh *et al.* (2014) verificou-se que a participação em missões internacionais resulta na perda de acontecimentos familiares importantes, principalmente no que respeita ao desenvolvimento e crescimento dos filhos, sendo que muitos pais afirmaram que gostavam de recuperar o tempo perdido. Para combater esta situação o envolvimento parental e a manutenção da figura parental devem abarcar alternativas à presença e interação física (Palkovitz, 1997, cit. por, Francisco, 2016, p.25) para que o contacto entre o militar e os restantes elementos da família não seja perdido.

É consensual que as missões representam um enorme esforço para o militar e para o cônjuge (Gibbs, Clinton-Sherrrod & Johnson, 2012), sendo por isso fundamental reconhecer os desafios e as dificuldades com que ambos se deparam quer a nível relacional, quer a nível pessoal. Contudo, para além da identificação destes aspetos devem salientar-se as mudanças positivas resultantes da participação do militar numa missão internacional (Karney & Crown, 2007). De entre os fatores familiares que protegem a relação conjugal salientam-se o afeto, o apoio familiar, a satisfação do casal, a competência na resolução de problemas e a abertura na comunicação. O modo como o sistema familiar responde a situações de *stress* encontra-se dependente destas variáveis (Huebner *et al.*, 2010; Sousa, 2006).

Bell e Schumm (2005) consideram que os cônjuges de militares devem desenvolver metas individuais e coletivas que lhes permitam manter as rotinas familiares, adquirir

conhecimentos sobre a missão, aceitar a incapacidade de controlar as ocorrências da mesma e procurar o apoio da família, com o intuito de melhorar os seus níveis de desempenho.

Em suma, é de realçar que apesar dos problemas, diversos autores também identificaram benefícios e potencialidades associadas à vida militar de entre os quais salientam o aumento da maturidade e dos níveis de autoestima, por meio da realização de uma tarefa difícil em ambiente estimulante, o desenvolvimento e progresso profissional, a realização pessoal e a melhoria da situação financeira (Castaneda *et al.*, 2009; Litz *et al.*, 2004; Karney & Crown, 2007). Acresce que, apesar dos riscos e desafios associados à missão, alguns casais desenvolvem uma maior proximidade (Castaneda *et al.*, 2009), mantêm uma boa relação e fortalecem o seu casamento à medida que a missão se desenvolve (Karney & Crown, 2007).

CAPITULO 2 – METODOLOGIA, MÉTODOS E MATERIAIS

2.1. Desenho de Investigação - Tipo de Abordagem

Partindo da dicotomia existente entre metodologia quantitativa e qualitativa, importa frisar que enquanto a primeira nos permite quantificar o conhecimento extraído a partir da realidade social, provocando um distanciamento por parte do investigador, a segunda orienta-se por uma perspetiva construtivista, mais interpretativa que enfatiza o processo de investigação (Meirinhos, 2010).

Na presente investigação, opta-se por uma metodologia qualitativa uma vez que se tem como objetivo explicar ou descrever uma determinada situação (Wesley & Charbel, 2005) e compreender a complexidade dos contextos sociais em que as pessoas interagem (Robalo & Vieira, 2009).

Segundo Bogdan e Biklen (1994), os métodos qualitativos permitem apreender a inserção entre a estrutura social e a ação humana e incitam a sensibilidade dos investigadores, sendo que o interesse pelo processo deverá ser privilegiado comparativamente com os resultados obtidos. Os investigadores qualitativos utilizam a observação empírica, e procuram compreender o processo de construção do comportamento e experiência humanos (Bogdan & Biklen, 1994). Como tal, servem-se de experiências, inquéritos e entrevistas na recolha de dados para testarem hipóteses na sequência de uma observação direta. As hipóteses, enquanto respostas possíveis e provisórias, deverão ser formuladas no início da investigação para que posteriormente possam ser verificadas. O modelo hipotético-dedutivo, também utilizado neste estudo, foi proposto por Karl Popper e pressupõe a verificação de hipóteses recorrendo à tentativa e eliminação de erros, sem a sua confirmação total visto que o conhecimento não é estanque nem absolutamente certo (Sarmiento, 2013).

A presente investigação baseia-se num estudo de caso sobre um determinado contexto, propõe-se desenvolver experiências, recolhas, pesquisas históricas e analisar informações. O principal objetivo deste tipo de estudos consiste na compreensão de fenómenos individuais, organizacionais, sociais e políticos (Yin, 2001). Segundo o mesmo autor, o investigador tem pouco controlo sobre os fenómenos que ocorrem e, por isso, deve

ser muito cuidadoso na realização de questões, as quais deverão ser do tipo “como” e “por quê”. Esta estratégia metodológica permite-nos “criativamente, descrever, compreender e interpretar a complexidade de um caso concreto, mediante um mergulho profundo e exaustivo num objeto delimitado” (Martins, 2008, p. 11). Este modelo metodológico pressupõe que o investigador desenvolva um trabalho de campo, observe e analise a realidade em questão, segundo uma lógica de descoberta e de construção do conhecimento (Meirinhos, 2010).

Assim, tendo em conta o objeto de estudo e os objetivos inicialmente traçados, adotou-se também como metodologia de investigação o estudo de caso, por nos parecer o método mais adequado à problemática e aos objetivos visados.

2.2. Pergunta de partida, hipóteses e objetivos de investigação

2.2.1. Questão Central

“A melhor forma de começar um trabalho de investigação em ciências sociais consiste em esforçar-se por enunciar o projeto sob a forma de uma pergunta de partida. Com esta pergunta o investigador tenta exprimir o mais exatamente possível aquilo que procura saber, elucidar, compreender melhor” (Quivy & Campenhoudt, 2005, p. 44).

Assim sendo, seguindo o preceito anteriormente citado, a questão central à qual a presente investigação se propõe dar resposta, é a seguinte: *“Será que a participação do militar do Exército Português em missões internacionais influencia a dinâmica do sistema familiar?”*

2.2.2. Hipóteses

Segundo Lakatos e Marconi (1991), as hipóteses são instrumentos que nos permitem trabalhar a teoria e dirigir o trabalho do cientista em função do que se pretende investigar.

Enquanto previsões específicas sobre a natureza e a direção do relacionamento entre duas variáveis, as hipóteses são testadas e medidas pelos métodos utilizados durante a investigação (Villar, 2006). É crucial formular previamente as hipóteses do estudo para que a recolha de dados possa ser feita de forma rigorosa (Gil, 2002). Contudo, formular hipóteses não é um método fácil e infalível, uma vez que é necessário prever possíveis soluções para o problema investigado e estabelecer por analogia conclusões lógicas (Andrade, 2010).

Assim sendo, através da tabela seguinte procuramos estabelecer uma correspondência entre as questões derivadas (QD) e as hipóteses de investigação levantadas, as quais se discutirão na parte final, com base na análise de dados efetuada.

Tabela nº2 – Perguntas Derivadas e Hipóteses de Investigação Formuladas

Pergunta Derivada	Hipóteses
1. Que alterações surgem nos subsistemas conjugal e parental devido à participação dos militares em missões internacionais?	H1.1: A participação em missões conduz a uma mudança na expressão de afetos e emoções no sistema familiar, à alteração de rotinas e à reestruturação de papéis. H1.2: Os casais apresentam uma maior proximidade e fortalecem o seu casamento à medida que a missão se desenvolve.
2. Será que as exigências da vida militar afetam o bem-estar da família?	H2: A vida militar exige uma elevada frequência de deslocamentos militares e, consequentemente, a sua ausência afetando o bem-estar da família.
3. Os fatores: experiência, duração, local da missão, subsistema familiar e tarefas/funções desempenhadas poderão induzir diferentes níveis emocionais?	H3: As missões mais longas e com elevado grau de hostilidade colocam maiores adversidades à díade conjugal.
4. Quais os desafios/motivações que as missões internacionais representam?	H4: A participação é motivada principalmente pela remuneração/compensação financeira e pelo desenvolvimento pessoal e profissional.
5. Qual a importância atribuído aos meios de comunicação?	H5: O uso dos meios de comunicação permitiu fortalecer a moral e a relação e melhorar o bem-estar.
6. Quais as percepções dos militares e cônjuges relativamente à reintegração após o deslocamento?	H6: Após o regresso do militar foram necessários esforços para voltar à vida familiar normal.

2.2.3. Objetivos de investigação

De modo a compreender o impacto das missões na dinâmica do sistema familiar, os objetivos definidos para esta investigação foram os seguintes:

- (1) Identificar quais as alterações manifestadas nos subsistemas conjugal e parental devido à participação dos militares em missões internacionais;
- (2) Conhecer as principais exigências da vida militar e a sua influência no bem-estar da família;
- (3) Identificar os fatores que poderão induzir diferentes níveis emocionais e colocar maiores adversidades à díade conjugal;

(4) Compreender quais os desafios/motivações representados pelas missões internacionais;

(5) Identificar o significado atribuído à comunicação e conhecer os recursos de apoio utilizados para o estabelecimento da mesma;

(6) Caracterizar as percepções dos militares e cônjuges relativas às três fases da missão (pré-deslocamento, deslocamento e pós deslocamento).

2.3. Delimitação da Amostra

A população representa o somatório de indivíduos que possuem características comuns do interesse para o estudo e, por isso, encontram-se sujeitos a uma análise estatística (Santos *et al.*, 2016; Fortin, 2003). Por sua vez, a amostra é um subconjunto da população, constituída por elementos suficientemente representativos da mesma, e a partir da qual será feita a recolha de informação para a nossa investigação (Pocinho, 2009).

A amostra, de conveniência, do presente estudo foi selecionada mediante as características dos participantes, atendendo à possibilidade de recolher mais informações, ideias e reflexões ricas para o tema em questão. Assim, é composta por dois grupos distintos: nove militares do sexo masculino, pertencentes a diferentes categorias (Oficiais e Sargentos) do EP do quadro permanente, que desempenham funções no Regimento de Comandos e participaram em pelo menos numa missão internacional; e cinco cônjuges de militares, que acompanharam a participação destes elementos em Missões Internacionais. O primeiro grupo de elementos inquiridos têm idades compreendidas entre os vinte e sete e cinquenta e dois anos e o segundo grupo entre os trinta e três e quarenta e nove anos.

No que respeita à caracterização sociodemográfica todos os membros são casados ou vivem em união de facto e possuem filhos, os quais fazem parte do seu agregado familiar. As tabelas seguintes apresentam uma síntese das características dos participantes do estudo.

Tabela nº3 – Caraterização dos Militares Entrevistados/ Percurso nas Forças Armadas

ID	Idade	Grau de escolaridade	Regim e de prestação de serviço	Tempo de serviço	Posto Atual	Unidades de colocação	Residência na Unidade	Distância entre a Residência e Unidade
Militar 1 (M1)	35	Licenciatura	Quadro Permanente	12	Capitão	RCMDS; GabCEME	Não	Menos de 10 km
Militar 2 (M2)	37	Mestrado em Ciências Militares	Quadro Permanente	18	Capitão	GAC; RII; RCMDS	Não	Entre 11 km a 50 km
Militar 3 (M3)	27	12º Ano	Quadro Permanente	8	Primeiro-Sargento	RCMDS	Não	Entre 11 km a 50 km
Militar 4 (M4)	33	Mestrado em Ciências Militares	Quadro Permanente	15	Capitão	CTOE; CTC	Não	Entre 11 km a 50 km
Militar 5 (M5)	45	12º Ano	Quadro Permanente	25	Sargento-Ajudante	CFMTFA; BA1; Bat. Adidos; DAR; RCMDS	Não	Mais de 50 km
Militar 6 (M6)	40	12º Ano	Quadro Permanente	22	Sargento-Ajudante.	Bat. Fuzileiros; BIMECLAG; RCMDS	Não	Entre 11 km a 50 km
Militar 7 (M7)	49	Licenciatura	Quadro Permanente	29	Tenente Coronel	RL2; AM; EPI; RII; CMED	Não	Entre 11 km a 50 km
Militar 8 (M8)	52	Licenciatura	Quadro Permanente	32	Tenente Coronel	RII; RI15; RCMDS; EPI; CTOE; EME	Não	Mais de 50 km
Militar 9 (M9)	43	12º Ano	Quadro Permanente	22	Sargento-Ajudante	BIMECLAG; ESSE; EPI; RCMDS	Não	Entre 11 km a 50 km

Tabela nº4 - Caraterização Sociodemográfica dos Militares Entrevistados

ID	Estado Civil	Nº de filhos e idades	Composição do agregado familiar	Situação profissional do cônjuge
Militar 1 (M1)	Casado/União de facto	Filho de 3 anos	3 Elementos (Cônjuge - 30 anos; 1 Filho - 3 anos)	Empregada
Militar 2 (M2)	Casado/União de facto	Filha 2 anos	3 Elementos (Cônjuge - 33 anos; 1 Filha - 2 anos)	Desempregada
Militar 3 (M3)	Casado/União de facto	Filho 8 anos Filho 2 anos	4 Elementos (Cônjuge - 25 anos; Filho - 8 anos; Filho - 2 anos)	Empregada
Militar 4 (M4)	Casado/União de facto	Filha 2 anos	3 Elementos (Cônjuge - 33 anos; Filha - 2 anos)	Desempregada
Militar 5 (M5)	Casado/União de facto	Filha 14 anos Filha 6 anos	4 Elementos (Cônjuge - 40 anos; Filha - 14 anos; Filha - 6 anos)	Desempregada
Militar 6 (M6)	Casado/União de facto	Filho 9 anos Filha 1 ano	4 Elementos (Cônjuge - 40 anos; Filho - 9 anos; Filha 1 - ano)	Empregada
Militar 7 (M7)	Casado/União de facto	Filho 19 anos Filha 14 anos	4 Elementos (Cônjuge - 40 anos; Filho - 19 anos; Filha 14 - anos)	Empregada
Militar 8 (M8)	Casado/União de facto	Filho 24 anos Filha 18 anos	4 Elementos (Cônjuge - 49 anos; Filho - 24 anos; Filha - 18 anos)	Empregada
Militar 9 (M9)	Casado/União de facto	Filha 13 anos Filha 6 anos	4 Elementos (Cônjuge - 42 anos; Filha 13 - anos; Filha - 6 anos)	Empregada

Tabela nº5 – Caraterização das Cônjuges Entrevistadas

ID	Idade	Grau de escolaridade	Situação Profissional
Cônjuge 1 (C1)	49	Mestrado	Empregada
Cônjuge 2 (C2)	33	Licenciatura	Desempregada
Cônjuge 3 (C3)	41	Licenciatura	Empregada
Cônjuge 4 (C4)	41	12º Ano	Empregada
Cônjuge 5 (C5)	49	Licenciatura	Empregada

Tabela nº6 - Caraterização Sociodemográfica das Cônjuges Entrevistadas

ID	Estado Civil	Nº de filhos e idades	Composição do agregado familiar
Cônjuge 1 (C1)	Casado/União de facto	Filho 19 anos Filha 14 anos	4 Elementos (Cônjuge - 49 anos; Filho - 19 anos; Filha - 14 anos)
Cônjuge 2 (C2)	Casado/União de facto	Filha 2 anos	3 Elementos (Cônjuge - 33 anos; 1 Filha - 2 anos)
Cônjuge 3 (C3)	Casado/União de facto	Filho 9 anos Filha 1 ano	4 Elementos (Cônjuge - 40 anos; Filho - 9 anos; Filha - 1 anos)
Cônjuge 4 (C4)	Casado/União de facto	Filha 13 anos Filha 6 anos	4 Elementos (Cônjuge - 43 anos; Filha - 13 anos; Filha - 6 anos)
Cônjuge 5 (C5)	Casado/União de facto	Filho 24 anos Filha 18 anos	4 Elementos (Cônjuge - 52 anos; Filho - 24 anos; Filha - 18 anos)

2.4. Métodos e Técnicas de Recolha de Dados

2.4.1. Instrumentos Utilizados

- Guião de Entrevista

Para Gil (2002) uma entrevista é uma técnica em que o investigador formula questões ao entrevistado, com o intuito de recolher informações para a sua pesquisa, sendo por isso uma forma de interação social. Assim sendo, numa entrevista, por meio da linguagem do sujeito, é possível recolher informações descritivas que nos ajudam a compreender intuitivamente a forma como os sujeitos analisam o mundo (Bogdan & Biklen, 2010).

Na presente investigação, o instrumento utilizado para a recolha de dados foi uma entrevista semiestruturada, através do qual foi possível estabelecer uma interação verbal com os entrevistados, em torno do tema pretendido. Neste sentido, de forma a construir um guião de entrevista, elaboramos previamente um conjunto de questões, segundo uma lógica interpretativa, com o intuito de nos proporcionar uma recolha mais adequada de informações, baseada em opiniões e representações dos entrevistados. Este instrumento foi

elaborado a partir de alguns estudos sobre a temática em questão, tendo sido adaptado a partir de um guião de entrevista semiestruturada construído para um projeto de investigação do psicólogo e Tenente Coronel Renato Emanuel Carvalho Pessoa dos Santos, no âmbito do seu Doutoramento em Psicologia pela Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, a que acedemos por via dos trabalhos de Francisco (2016) e por Bóia (2014) nas suas teses de mestrado; e ainda a partir da reestruturação de algumas das perguntas presentes em três estudos com famílias militares americanas intitulados “Active Duty Spouses and Active Duty Members: Spouse Employment, Satisfaction, Financial Health, Relationships, & Deployments”, “Questions and Answers about Military Families: A Sloan Work and Family Research Network Fact Sheet” e “Survey of Army Families V”, dos estudiosos Williams e Dorvil (2015), Brown (2009) e U.S. Army Community and Family Support Center (2005), respetivamente. “A formulação das perguntas não é tão fácil como pode parecer, sendo também necessário conduzir cuidadosamente o inquérito por forma a garantir que todas as perguntas signifiquem o mesmo para todos os inquiridos” (Bell, 2010, p. 27).

Atendendo aos cuidados de estruturação do guião, com a introdução das perguntas mais difíceis no final (Simões, 2008), procedeu-se à divisão da entrevista em sete grupos que funcionaram como suporte para a análise do conteúdo, os quais apresentamos de seguida:

- Grupo I: Caraterização Militar/ Percurso nas Forças Armadas;
- Grupo II: Caraterização Sociodemográfica;
- Grupo III: Realização e expectativas profissionais do militar e cônjuge;
- Grupo IV: Impacto da vida profissional na família – participação em missões;
- Grupo V: Pré-Deslocamento – Preparação da família;
- Grupo VI: Deslocamento - Comunicação e parentalidade;
- Grupo VII: Pós-deslocamento: Reintegração.

2.4.2. Procedimentos Formais e Éticos

O processo de recolha de dados foi concretizado entre os dias 27 de março e 13 de abril. No caso dos militares, as entrevistas foram realizadas no Regimento de Comandos, quanto ao local de realização das entrevistas às esposas, este foi selecionado pelas mesmas mediante a sua disponibilidade e facilidade de acesso. Em ambas as situações assegurou-se a privacidade dos entrevistados e procurou garantir-se as condições para que o relato das experiências e vivências decorresse da melhor forma e sem desconforto para o

entrevistado/a. Antes da realização da entrevista e para obter o consentimento informado, clarificou-se o objetivo da entrevista e estabeleceu-se um clima de confiança, empatia e segurança, para que pudessem ser realmente partilhadas as informações mais íntimas. Simultaneamente, solicitou-se autorização para gravar a entrevista, tendo sido garantidos o anonimato e a confidencialidade relativamente à identidade dos entrevistados.

As entrevistas exigiram o despendimento de algum tempo para que os inquiridos pudessem relatar as suas vivências voltando a contar à sua maneira as experiências que os acompanham, sendo que alguns manifestaram um maior envolvimento.

2.4.3. Tratamento de Dados

Após a recolha de dados, procedeu-se à análise e interpretação dos mesmos com vista à sua sintetização e organização. Para o efeito, recorreu-se à análise temática ou categorial, constituída por operações de desmembramento do texto em unidades (categorias) (Sarmiento, 2013), que nos permitiu identificar, analisar e descrever padrões através dos dados apurados, tendo em conta o que de mais relevante se recolheu relativamente à questão de investigação. Deste modo, desenvolveu-se um processo de codificação com o intuito de organizar as unidades de significado em categorias específicas. Assim, foi possível criar um nível de respostas padronizadas mediante as palavras ou frases explícitas que percorrem determinadas ideias dentro dos padrões identificados. Como referem Rubin e Rubin (1995, cit. por Braun & Clarke, 2006), a análise temática é extremamente desafiante visto que nos permite descobrir padrões e conceitos incorporados nas entrevistas.

Segundo Vilelas (2009, p. 340), “a categorização é uma etapa delicada, não sendo suficientemente evidente para que se determinem *a priori* as suas principais categorias, na verdade, a categorização (processo de dedução do texto, no qual as muitas palavras e expressões no texto são transformadas em poucas categorias) é o problema central da análise de conteúdo”.

Este processo, crucial na análise de conteúdo, serviu-se da interpretação dos temas desenvolvidos ao longo da revisão de literatura e da análise dos dados recolhidos através das entrevistas (Charmaz, 2006).

Neste sentido, foi elaborada uma árvore de categorias (Apêndice E) que envolve um processo de inferência, considerando a indução e a dedução, com o intuito de ir mais além daquilo que se encontra imediatamente disponível. Conforme o descrito anteriormente, a sua elaboração teve por base os objetivos traçados inicialmente, a questão central deste estudo e

também o guião da entrevista. A mesma é constituída por categorias superiores que se agregam a subcategorias, integrando a criatividade e a razão em busca da melhor explicação para os fenómenos em estudo (Daly, 2007). Após uma análise comparativa entre as respostas dos participantes relativas às experiências vividas e aos fenómenos descritos na literatura sobre a temática, indutivamente, procurou desvendar-se os pontos comuns nas narrativas dos inquiridos e estabelecer uma relação entre os dados e a teoria.

CAPITULO 3 – RESULTADOS

3.1. Apresentação e Análise de Resultados

A análise do conteúdo das respostas obtidas pelos entrevistados resultou em 10 categorias e 47 subcategorias interrelacionadas e organizadas hierarquicamente, com base num método indutivo e dedutivo de interpretação de dados.

3.1.1. Apresentação e Análise do Grupo III: Realização e Expetativas Profissionais do Militar e Cônjuge

- **Categoria A: Satisfação/Expetativas Profissionais (militares e cônjuges)**

No que respeita à *Satisfação Profissional (militares e cônjuges)*, esta categoria abrange todo um conjunto de fatores que influenciam o estado emocional dos inquiridos, e os conduzem a uma atitude positiva face às experiências em contexto de trabalho. Além deste aspeto, procura avaliar a que níveis se manifesta a satisfação ou a insatisfação da população alvo.

Assim, quando questionados a que nível se encontram realizados, apontam motivos distintos entre si:

- Equilíbrio financeiro e Sustentação da família: “(...) permite-me um maior equilíbrio e a sustentação familiar” (M6); “(...) claro permite a sustentação da família, porque neste momento sou o principal meio” (M7).

- Ambição profissional: “Espero progredir normalmente na minha carreira enquanto Oficial de Infantaria” (M1); “(...) ainda tenho previsto realizar-me mais profissionalmente (...) espero que as funções que desempenho sejam algo passageiro, porque quero estar novamente na parte operacional.” (M2); “Espero conseguir fazer mais missões, e continuar a progressão na carreira apesar de ir lenta” (M3); “Ambiciono concretizar um projeto pedagógico, neste momento em fase de preparação” (C1).

- Realização pessoal e profissional: “(...) sempre foi aquilo que quis desde infância” (M6); “ (...) sinto-me realizado basicamente pelas coisas que já fiz, tive sempre a felicidade de estar em cargos que me deram prazer” (M8); “Estou bem comigo (...) estou bem a nível da minha condição militar” (M4); “Gosto muito da minha atividade profissional, trabalho por conta própria há perto de um ano, e antes trabalhava numa empresa de marketing como diretora. Fiz esta mudança por causa da família e quero continuar e de forma evoluir profissionalmente” (C3); “Sim, estou aqui á 20 anos” (C4) e “Sim, a nível de projetos de trabalho desenvolvidos” (C5).

- Descontentamento no trabalho: “(...) na secção de logística, não me sinto muito realizado, mas sei que é temporário (...)” (M9); “Não, não sinto. Não vejo melhorias e vejo cada vez mais falta de pessoal, principalmente na categoria de praças e não vejo nos meus chefes a preocupação de colmatar esta dificuldade. (...) existem menos incorporações. Existe um problema estratégico (...) porque se temos mil vagas, porque é que só vêm trezentos (...)” (M4); “Não me sinto realizada. A nível profissional estou colocada numa escola apenas a tempo parcial, o que reduz consideravelmente o contributo para o orçamento familiar” (C1).

Assim, constatamos que os militares no geral se sentem satisfeitos por terem enveredado pela carreira militar. Porém, verificamos que as cônjuges apresentam opiniões divergentes quanto à sua realização profissional. Parte do grupo considera que o trabalho que desempenham não lhes permite atingir o equilíbrio financeiro e a sustentação da família que desejavam. Todavia, algumas das cônjuges conseguem alcançar esta estabilidade visto que são efetivas no seu trabalho e se encontram satisfeitas com as funções desempenhadas.

O equilíbrio financeiro e a sustentação da família apresentam-se como a fonte de satisfação profissional que mais se evidencia. Contudo, há quem se mostre descontente com a profissão devido ao tipo de trabalho desempenhado e também com a falta de incentivos.

3.1.2. Apresentação e Análise do Grupo IV: Impacto da Vida Profissional na Família – Participação em Missões

- **Categoria B: Implicações da vida militar**

A categoria *Implicações da vida militar*, refere-se às exigências e condições inerentes à condição militar e a sua influência na dinâmica do sistema familiar. Neste sentido, foram apresentadas como principais implicações:

- Elevada frequência de deslocamentos: “Afeta, e tem afetado ao longo dos anos, existiram períodos curtos que afetou menos, digo isto porque estou casado desde 2000, (...), e durante esses anos, reconheço que tem afetado, porque a minha presença no seio familiar tem sido curta” (M1).

- Ausência e afastamento: “Naturalmente afetam, quando vou para um exercício de 10 dias, missões, serviço oficial dia, são empenhamentos em que estou fora de casa por períodos longos” (M4); “(...) principalmente a ausência, a falta de tempo. Eu notei porque fiz varias missões (...) duas delas sem filhos e as outras com filhos e muda radicalmente a perspetiva” (M6).

- Falta de tempo para família: “Tenho falta de tempo para estar com a minha mulher e os meus filhos (...) Efetivos reduzidos no Exército obrigam muitas vezes à acumulação de funções (...)” (M1); “(...) esta disponibilidade para sermos militares interfere porque não temos horários certos, depois os serviços, cerimónias e as tarefas que inopinadamente acontecem” (M2); “Afeta, é a pouca presença, pouca disponibilidade, falta de tempo (...) imprevistos, horários, serviços e missões” (M3); “(...) sinto falta de tempo, e durante a semana tem de andar tudo cronometrado” (M6); “(...) muitas das vezes o meu cônjuge está fora de casa e retira muito tempo (...) o facto de perder este tempo, faz com que perca algumas fases da vida da nossa filha. Ainda agora estive 10 dias no campo

e foram dias que perdeu com a família” (C2); “(...) a nível dos horários existe muita incompatibilidade” (C3); “(...) neste momento ele está a dar instrução e então hoje já não vai para casa, ficando sem tempo para nós. Eu aqui ainda consigo gerir melhor o tempo, porque ele a nível de serviços, instruções noturnas afetam muito a nível de tempo” (C4).

De uma forma representativa, a falta de tempo para a família é apontada como a principal exigência da vida militar, uma vez que esta condição se traduz num compromisso total por parte dos militares quer com a unidade, com a missão e com os seus membros.

Esta conclusão vai de encontro ao referido por Martin e McClure (2000) que defendem que os militares desenvolvem um sentimento profundo de sentido de missão e estabelecem um compromisso com instituição na construção de um mundo melhor e mais seguro. Segundo Bowen *et al.* (2013), as exigências do serviço militar, especialmente durante o período da missão, são cada vez mais complexas e constituem ameaças à integridade e bem-estar do sistema familiar. É necessário despende de longas horas de trabalho, trabalhar por turnos e muitas vezes a separação do militar do resto da família (Segal, 1989, cit. por Karney & Crown, 2007, p. 18). Bowen e Orthner (1989) constataram também que as necessidades da organização militar muitas vezes se sobrepõem às da família.

Corroborando esta análise, Segal (1988) enunciou como exigências das famílias militares a necessidade de mobilidade geográfica, que obriga o militar a ausentar-se do seu país, a separação do militar da família por um determinado período de tempo, com a possibilidade de ter que residir em países estrangeiros, e a pressão exercida pela instituição sobre a família devido à condição de família militar (Barbudo, 2013).

- **Categoria C: Influência de emoções**

Procurou saber-se que fatores poderão influenciar as emoções sentidas no que respeita à participação em missões, ao que os inquiridos responderam:

- Experiência: *“Tinha homens sobre o meu comando, com idades entre os 20 e 25 anos, alguns com a sua segunda ou terceira missão, o que dá alguma confiança maior neles (...)” (M4).*

- Duração e local da missão: *“(...) o apoio depende sempre do risco da missão, por exemplo, quando fui para o Kosovo durante um ano, ela ficou mais satisfeita devido a existir uma maior segurança do que no Afeganistão. Contudo o Kosovo também foi complicado porque durou 1 ano (...) minha mulher também se desligou de um certo modo das notícias que advinham do Afeganistão para não a perturbar.” (M2); “(...) estamos a falar do teatro de operações do Afeganistão e, por isso, percebo perfeitamente a tensão e receios que ela tem.” (M5); “(...) depende da missão, porque no Afeganistão existem sempre muitos riscos” (C3); “(...) nós nunca sabemos o que poderá acontecer, porque aquilo não era um ambiente seguro e temos sempre aquele pensamento de será que volta, será que não volta. E é como ele diz, sei que vou, mas não sei se venho. E eu tento brincar dizendo, há de vir nem que seja numa caixa aos bocadinhos” (C4).*

- Subsistema familiar: “(...) foram seis meses de ausência, um período muito grande para uma criança com apenas 6 meses e é normal ela não me reconhecer apesar de ela me ver quase todos os dias no Skype” (M4); “(...) um militar que seja casado e vai para missão tem de ter uma grande mulher por de trás porque senão é complicado” (M6).

- Tarefas/funções desempenhadas: “(...) enquanto comandante do subgrupo, ter a preocupações dos homens, ter os meus homens prontos para a vertente operacional, e preocupar-me com o bem-estar deles, porque só assim vamos ter uma maior taxa de sucesso” (M5); “(...) no Afeganistão, enquanto comandante do subgrupo, era trazer o pessoal todo vivo, levar trinta e trazer os trinta” (M6).

Sabe-se que os militares pertencentes à população alvo se evidenciam pela sua versatilidade, disponibilidade, elevado espírito de sacrifício e máxima prontidão, estando muitas vezes integrados em TO hostis, o que conduz a uma maior tensão e medo por parte das famílias. Segundo Ramalho (2016), os Comandos são uma força de primeiro emprego em TO de grande exigência, aptos à execução de operações de elevado risco.

Atualmente é colocada uma carga emocional muito elevada sobre as famílias militares devido ao elevado ritmo e perigos associados às exigências operacionais (Chandra *et al.*, 2011). Quanto mais longa for a participação do militar durante o deslocamento maiores poderão ser as adversidades colocadas à díade conjugal, no que diz respeito ao aumento de conflitos, ao decréscimo de felicidade, ao desenvolvimento de situações de *stress* e à diminuição de interações entre o militar e o cônjuge (Wright *et al.*, 2006).

Na perspetiva dos inquiridos, o Afeganistão constitui um TO de elevado risco, insegurança e, por isso, conducente a uma maior tensão e receio por parte das famílias, daí que influencie as emoções manifestadas. Para além deste aspeto, quando os militares se ausentam por períodos mais prolongados a gestão emocional torna-se mais exigente. Assim, constatamos que a duração e a localização geográfica de uma missão militar poderá gerar diferentes impactos no sistema familiar mediante a relação estabelecida na díade conjugal, entre pais-filhos e a forma como estes lidam com a separação.

- **Categoria D: Desafios/motivações**

Procurou saber-se quais os desafios/motivações apresentados no que respeita à participação em missões, ao que os inquiridos responderam:

- Aquisição de novas experiências: “As relações internacionais entre as pessoas são um desafio (...) interessante poder partilhar diferentes culturas e experiências (...) uma oportunidade para uma pessoa poder sentir-se realizada com os recursos humanos e materiais praticamente todos disponíveis a 100% (...) o estar em contacto com tropas internacionais e operar em combinado é fantástico.” (M2); “(...) a língua a nível de terminologia e certos termos, contudo penso que nos primeiros 15 dias deixa de ser dificuldade uma vez que é o inglês. O desafio penso que será a multiculturalidade, ou seja, aceitar as particularidades de cada um, mas isso também de uma certa

forma é atenuado com o formalismo das relações que se estabelecem que depois posteriormente desenvolvem-se certas amizades” (M7); “(...) o que pesa mais é mesmo a experiência de participar nas missões, porque andam todo o ano a treinar para isso (...)” (C2).

- Desenvolvimento pessoal e profissional: *“Como comandante de grupo de combate, tive a oportunidade de exercer o comando em operações num ambiente de risco considerável. Senti que toda a minha formação me levou aquele momento. Senti o peso da responsabilidade e também me senti realizado por ter tudo corrido bem e atingindo os meus objetivos profissionais e pessoais” (M1); “Quem presta serviço numa unidade com as características do regimento de comandos, determinada tipologia de missões como Afeganistão, para nós é sempre um incentivo devido à situação real, de confronto real, ou seja, pôr em prática aquilo que o pessoal tem vindo a treinar, é o auge e culminar de muito treino sendo muito gratificante. E quem gosta de liderar, e pode liderar o pessoal, o facto de poder planear e poder decidir (...) principalmente as missões de 2005 e 2007 foram mais gratificantes porque existiram situações de contacto/combate” (M6); “Representam uma valorização profissional, particularmente as missões no Afeganistão foram super enriquecedoras uma vez que estava a trabalhar em operações reais, o teatro é exigente e portanto, foi evidentemente uma questão de desenvolvimento e valorização profissional super enriquecedora nessa perspetiva” (M8); “A missão que desempenhámos no Afeganistão foi mesmo colocar em prática tudo o que aprendemos aqui, porque lá é mesmo a sério” (M9); “(...) realização profissional, vivência de uma experiência de trabalho diferente (...)” (C1).*

- Testar capacidades: *“Há vários desafios, o primeiro, e talvez o mais importante, é chegarmos ao teatro e termo-nos preparado psicologicamente, fisicamente, taticamente para a missão que vamos desempenhar no teatro. O segundo desafio tem a ver com a relação com todas as outras forças, países que se encontram no local onde vamos desempenhar a nossa função. E o terceiro desafio é procurar que consigamos evoluir usando estes dois primeiros que eu disse” (M5).*

- Lidar com a distância: *“Há sempre um risco de magoarmos as famílias com o facto de terem de lidar com a nossa ausência e para mim é um grande desafio” (M3); “É o sentimento de impotência, quando há algum problema familiar e não temos a capacidade de resolver imediatamente, devido à distância. (...) tive bons acessos às comunicações, telefone, internet. Mas, no entanto uma coisa é estarmos aqui, em que pegamos no carro e vamos a casa resolver os problemas e outra é estarmos a 2 mil 3 mil quilómetros de distância em que não temos a capacidade de resolver os problemas” (M4).*

- Remuneração/compensação financeira: *“(...) melhoria dos rendimentos” (C1); “(...) sempre foi uma ajuda financeira, visto que tínhamos iniciado a nossa vida como casal” (C3); “(...) a nível de dinheiro é compensatório, porque apesar de termos o mesmo ordenado, nós gastamos muito nas deslocações e depois duas crianças e a casa, este dinheiro sempre nos permite ter uma maior qualidade de vida” (C4).*

Quando questionados sobre as principais razões que os conduzem a participar em missões, a opinião dos militares parece unânime, sendo que todos eles consideram a remuneração/compensação financeira o principal motivo para ir em missão, porém o desenvolvimento pessoal e profissional apresenta-se imediatamente a seguir.

Tabela nº7 – Razões que conduzem os Militares Entrevistados a participar em missões

	M1	M2	M3	M4	M5	M6	M7	M8	M9	TOTAL
A Remuneração/Compensação financeira	X	X	X	X	X	X	X	X	X	9
B Possibilidade de conhecer novos lugares e culturas		X								1
C Aquisição/melhoria de conhecimentos e competências técnicas	X	X			X			X		4
D Contributo para o desenvolvimento de outros povos/países										0
E Aumento das possibilidades de progressão na carreira										0
F Desenvolvimento pessoal e profissional	X		X	X	X	X	X	X	X	8
G Reconhecimento social										0
H Aventura e desafio (experiência diferente)			X	X		X	X		X	5
I Afastamento de problemas familiares										0
J Fuga da rotina profissional										0
K Influência dos camaradas										0
L Influência ou pressão das chefias										0

Os participantes no estudo referem que os principais motivos para irem em missão passam pela aquisição de novas experiências e desenvolvimento pessoal e profissional, que se traduzem na oportunidade de pôr em prática o treino desenvolvido ao longo da sua formação e de testar as suas capacidades. Militares e cônjuges referem ainda o peso da remuneração/compensação financeira como um estímulo para esta participação que trará uma maior estabilidade monetária ao sistema familiar.

Neste sentido, os motivos apontados pelos inquiridos para ir em missão vão de encontro aos referidos anteriormente num estudo elaborado por Tomforde (2005) sobre a motivação de militares alemães nas missões de Paz à Bósnia (2003) e Herzegovina (2004). O autor constatou que as principais motivações para voltar a participar numa missão se encontram relacionadas com o espírito de camaradagem e com a compensação financeira. Mais tarde, Hedlund (2011) num estudo com um grupo de militares suecos, na 14ª missão ao Kosovo em 2006, constatou que a aventura, as experiências significativas e a realização pessoal se afirmaram nos principais motivos para a ida em missão. O salário extra, bem como a oportunidade de desenvolvimento profissional foram apontados como fatores a ter em conta para aceitar este desafio (cit. por Gavinho, 2012, p. 11). Aplicar a cultura militar, progredir na carreira (Castaneda *et al.*, 2009), a oportunidade de vivenciar experiências únicas e explorar culturas diferentes são também aspetos positivos no deslocamento (Sheppard *et al.*, 2010).

Este estudioso verificou ainda que os soldados atribuíram menor grau de importância à possibilidade de ajudar ou fazer algo por outros indivíduos (Hedlund, 2011 cit. por Gavinho, 2012, p. 11). Como seria de esperar, também no nosso estudo confirmou-se que o

contributo para o desenvolvimento de outros povos/países não é um dos principais motivos apontados pela população alvo.

A realização de uma tarefa difícil em ambiente estimulante, o desenvolvimento e progresso profissional, a realização pessoal e a melhoria da situação financeira elevam os níveis de autoestima dos militares, aumentam a sua maturidade e poderão conduzi-los a participar em missões internacionais (Castaneda *et al.*, 2009; Litz *et al.*, 2004; Karney & Crown, 2007).

3.1.3. Apresentação e Análise do Grupo V: Pré-Deslocamento – Preparação da Família

- **Categoria E: Mudanças sentidas (pré-deslocamento)**

Esta categoria abrange todo um conjunto de mudanças significativas ocorridas durante o período de pré-deslocamento citadas tanto pelos militares como pelas cônjuges.

- Ausência e afastamento: *“O aprontamento foi intenso. Estive ausente várias vezes durante alguns períodos de tempo”* (M1); *“O aprontamento já começa a retirar muito do nosso tempo com a família mesmo que de uma forma involuntária, logo a minha mulher teve de começar a assegurar certas rotinas que eu era detentor”* (M9); *“(…) no aprontamento já tinham um horário muito ocupado, parece que já estão em missão. Mesmo a nível psicológico parece que já se estão afastar, para se focarem na missão”* (C3); *“A fase do aprontamento é sempre mais complicada, porque não sei com o que contar, porque hoje estou, amanhã não estou”* (C4).

- Alteração de rotinas: *“A minha cônjuge começou a conduzir para ir buscar o miúdo”* (M3); *“ (….) houve mudanças drásticas (….) principalmente na vida da minha esposa que fez com que ela tivesse de sair de nossa casa e viver com os pais durante a missão para um maior apoio, devido à gravidez e (….) devido ao facto da missão ser mais complicada a nível de riscos”* (M5); *“(…) pouco tempo para me preparar para a missão porque fui substituir um camarada e tive assim de me adaptar a uma rotina completamente nova, e quando estava em casa, estava em casa e quando tinha de trabalhar, trabalhava, e claro a minha mulher teve de ficar com todas as rotinas”* (M7); *“(…) por vezes os meus filhos ficavam com a minha sogra”* (M8); *“(…) deixei de trabalhar a tempo inteiro e fiquei a tempo parcial, porque tinha um horário fora do normal e, portanto, percebi que precisava de acompanhar a minha filha, porque as rotinas diárias de a levar à creche era incompatível com o meu horário anterior. (….) em termos familiares, a minha mãe mudou a sua rotina para me ajudar no acompanhamento da minha filha”* (C2); *“Eu tive de reduzir o meu trabalho, porque também não tínhamos família cá para ajudar e andava assim sempre no limite”* (C3); *“Eu passo a contar só comigo, porque para mim esta é a pior fase, porque nunca sei se posso ou não contar com ele, enquanto que quando ele vai embora sei que apenas estou eu e sei com que o contar e vou gerir o meu tempo (….)”* (C4).

- Mudança na expressão de afetos: *“O meu filho começou a revelar que queria ficar mais ao pé de nós, porque mesmo sendo miúdo sentia que pai estava longe (….) quando vou para fora é com o pensamento de querer melhorar a situação deles, mas por vezes parece que não compensa, mais vale ficar aqui e ficar bem com eles do que ficar seis meses ausente”* (M3); *“(…) a minha filha*

mais velha (...) ficou um pouco em baixo, embora por motivos distintos, (...) o risco que corríamos era maior e falou-se muito disso, quer na comunicação social, quer entre conhecidos, amigos, familiares e, por isso, gerou nela algum receio extra que eu não contava (...) no caso da mais velha (...) explicando o trabalho, o seu objetivo, o que fazemos, tentando dizer-lhe que acima de tudo damos grande primazia à nossa segurança no trabalho o que acabou por tranquilizá-la. No caso da mais nova, fui deixando passar o tempo, por forma a que ela fosse compreendendo e digerindo a minha ausência, porque ela não percebia a minha ausência” (M5). “(...) a primeira vez que fui para o Afeganistão, particularmente a minha filha reagiu mal, ela era pequena e de facto houve um impacto negativo pela minha ausência” (M8); “(...) nesta fase tenta afastar-se para não lhe custar tanto na despedida ao contrário de muitas pessoas” (C4).

- Gestão de problemas: *“Eu já era casado durante a missão, então já partilhávamos as despesas, o nosso espaço (...) fiz uma preparação de seguro de vida” (M2); “Tive de organizar toda a parte logística desde falar com o jardineiro, deixar o contacto com o conhecido das obras, com o electricista, porque são assuntos que as senhoras não têm tanto conhecimento. Tratar previamente de toda a parte administrativa, bancos, seguros” (M6).*

- Aproximação e partilha: *“O meu filho começou a revelar que queria ficar mais ao pé de nós (...)” (M3); “Eu acho que houve uma aproximação, porque uma vez que ela estava dependente só de mim e não de outro progenitor, acho que houve uma maior união entre mãe-filha” (C2); “(...) uma vez que eu era o pilar do meu filho, apenas se aproximou ainda mais de mim. Relativamente ao pai, havia sempre alterações, como lhe disse, eu fiquei a ser o pilar deles e não o pai, como deveria de ser. E depois, quando os filhos são pequeninos, em que os primeiros laços maternos se desenvolvem o pai não estava presente e o pai deixa de se tornar tão importante como a mãe, que por vezes pode levar alguns meses a existir novamente um equilíbrio” (C3).*

Os participantes referem como principais mudanças sentidas na fase de pré-deslocamento a alteração de rotinas e a mudança na expressão de afetos. Esta fase caracteriza-se por sentimentos de negação, face à antecipação da perda, momentos de treino e preparação de diversos assuntos e consciencialização da distância mental e física (Pincus *et al.*, 2001).

Apesar da maioria dos entrevistados considerar que ocorreram mudanças no período de pré-deslocamento, até decorrentes da grande incerteza, que acompanham esta fase, outros revelam que apenas foram sentidas alterações no período de deslocamento. Um dos inquiridos afirmou *“Antes de ir não houve alterações de rotinas. Depois de ir, ela sabia que só podia contar comigo após seis meses” (M4)*. Por outro lado, há famílias em que dada a inocência e imaturidade dos filhos, estes acabaram por não sentir alterações significativas *“(...) talvez porque não se apercebiam muito bem da noção do tempo, em saber que o pai iria estar fora seis meses” (M9)*.

Um dos militares partilhou também *“No meu caso acho que não houve nada de significativo, porque na altura tinha os filhos crescidos (...) não houve verdadeiramente alteração de rotinas, devo confessar” (M8)*.

3.1.4. Apresentação e Análise do Grupo VI: Deslocamento - Comunicação e Parentalidade

- **Categoria F: Preocupações/sentimentos (deslocamento)**

No que diz respeito às preocupações/sentimentos manifestados ao longo do período de deslocamento, os inquiridos mencionam:

- Cumprimento da missão: *“A minha preocupação prendia-se com o cumprir da missão e trazer todos de volta”* (M1); *“(…) não falhar com os compromissos, com as tarefas, com as obrigações, de forma a nunca me apontarem o dedo de que tinha falhado”* (M2); *“(…) gerir o meu grupo, o meu pelotão. Tinha homens sobre o meu comando, com idades entre os 20 e 25 anos, alguns com a sua segunda ou terceira missão, o que dá alguma confiança maior neles (…)”* (M4); *“(…) enquanto comandante do subgrupo, ter a preocupações dos homens, ter os meus homens prontos para a vertente operacional, e preocupar-me com o bem-estar deles, porque só assim vamos ter uma maior taxa de sucesso”* (M5); *“(…) trazer o pessoal todo vivo, levar trinta e trazer os trinta”* (M6).

- Comunicar com a família: *“(…) fomos falando um com o outro sobre o que se passava, mantendo a comunicação. Mantermos um espírito positivo (….) dizer lhe para não dar uma grande importância à informação dada pelos canais de informação (….)”* (M6); *“Tinha a preocupação com a família para ver se estavam bem, bem de saúde. Claro que se em alguma das comunicações existisse algum problema de saúde, acidente deixava-me preocupado”* (M2); *“Aos meus olhos eu estava com eles todos os dias, mas (….) se soubermos que eles estão bem, nós também nos sentimos bem, senão é o contrário”* (M9).

- Gestão de problemas: *“(…) preocupava-me haver um problema inopinado com a família, minha mulher, filhas, pais, irmãos. E a nível da filha mais velha, ela começou a estudar e devido à minha situação, minha saída, via-se que ela tinha uma ligeira queda nas notas escolares e depois subia quando eu voltava”* (M5).

- Desconcentração e medo: *“(…) não podia existir muita saudade porque senão depois causava distração no trabalho (….) e prejudicava no comando dos meus homens”* (M3); *“(…) o facto de sempre que saía da base, podia não regressar. Mas é normal, porque mesmo aqui nunca sabemos se chegamos a casa, mas claro, aqui não temos pessoas a colocar bombas pelo percurso. Mas penso que todos nós que lá estávamos, quando saíamos para o exterior, o facto de concentrarmos apenas na missão, conseguíamos despreocuparmo-nos relativamente a esse aspeto”* (M7); *“O que mais me preocupou era que me acontecesse alguma coisa, não por uma perspetiva pessoal mas sim numa perspetiva de depois poder faltar no apoio à família”* (M8); *“Com ansiedade, medo, porque nós nunca sabemos o que poderá acontecer, porque aquilo não era um ambiente seguro (….) não é fácil, temos medo”* (C4).

- Saudade/perda de eventos importantes: *“É complicado, porque são seis meses que deixamos de estar com uma pessoa que estamos habituados a ver todos os dias (….) não poder estar presente na família, ainda me recorde que a minha avó caiu e partiu a perna em três sítios e não podia dar apoio nenhum”* (M4); *“(…) as saudades que temos da família e não podia existir muita saudade porque senão depois causava distração no trabalho”* (M3); *“Enquanto estive no Afeganistão (….) a minha filha tinha uma fotografia minha e a levava para a escola primária. O meu filho também era muito pequeno, penso que não teve mudanças de comportamento. A minha filha é que poderá ter sentido mais a minha ausência”* (M7); *“(…) perceção de alguma preocupação em relação à segurança do pai e uma constante expressão da saudade sentida”* (C1); *“Com saudade, alguma frustração porque eu sentia que ele também se sentia triste por estar longe da família, casa*

e filha” (C2); “(...) era difícil quando chegava o fim-de-semana, em que devíamos estar em família, de passearmos a algum sítio e vemos as outras famílias juntas e na nossa faltava sempre o pai, era complicado” (C3).

Os resultados do nosso estudo permitem-nos inferir que a saudade associada à perda de eventos importantes se constitui numa das principais consequências negativas do deslocamento assinaladas pelos militares e cônjuges. Estas conclusões vão de encontro a um estudo elaborado por Walsh *et al.* (2014) onde concluiu que um dos principais desafios da participação em missões internacionais se prende com a perda de acontecimentos familiares importantes, principalmente no que respeita ao desenvolvimento e crescimento dos filhos, sendo que muitos pais afirmam que gostariam de recuperar o tempo perdido.

Um outro aspeto apresentado pelos militares prende-se com o cumprimento da missão, os inquiridos revelam-se preocupados com a execução de tarefas, objetivos e compromissos assumidos em grupo. Em estudos já realizados com famílias militares são apontadas como preocupações o risco de doenças e o perigo de ferimentos ou até mesmo a morte do militar (Segal, 1988; Ender, 2006). Simultaneamente, tal como numa das pesquisas realizadas por Surrador (2002), verificou-se que os inquiridos se encontravam preocupados com a oportunidade de contactar com a família durante a missão, para que pudessem tranquilizar-se relativamente ao bem-estar da família. Segundo Pincus *et al.* (2001), para a maioria dos cônjuges, poder contactar com o militar que se encontra no TO é uma experiência estabilizadora e ajuda a lidar com a ausência principalmente em ocasiões especiais.

O período de deslocamento afirma-se num palco propício à manifestação de algumas reações como a saudade (Lester & Flake, 2013), tal facto foi também demonstrado no nosso estudo.

- **Categoria G: Mudanças sentidas (deslocamento)**

Esta categoria abrange todo um conjunto de mudanças significativas ocorridas durante o período de deslocamento citadas tanto pelos militares como pelas cônjuges.

- Alteração de rotinas: *“A minha mulher tinha que se tornar uma máquina em fazer tudo uma vez que eu estava longe” (M3); “(...) durante a missão ela teve de fazer tudo, porque eu antes levava o lixo, limpar o lixo do cão, etc.” (M4); “Nós dividimos tudo e claro quando eu estou fora, ela tem de assumir tudo” (M5); “(...) sobrecarregou a minha mulher, porque as atividades e tarefas que eu fazia quando estava cá ela teve de as fazer, duplicando para ela. E depois quem está sozinho com uma criança em casa o simples facto de levar o lixo à rua já era complicado” (M6); “Para além das tarefas que já estavam repartidas e deixaram de estar, do género toda a parte logística da casa, porque eu também sei fazer tudo em casa, não há nada que eu não consiga fazer, acho eu, nós tínhamos tarefas repartidas, qualquer um cozinha, passava a ferro e neste caso era tudo sobre ela e*

portanto não existia divisão de tarefas” (M8); “(...) a minha esposa teve de assumir as tarefas que eu assumia, como levar e buscar as miúdas á escola” (M9).

- **Gestão de problemas/aprendizagens:** “(...) em casa nós não temos propriamente algo definido de que o que é que cada um faz, mas no caso em que eu não estive presente, a minha mulher teve de assumir todos os encargos (...)” (M7); “Tive que me concentrar em todas as funções de apoio à família, uma vez que o pai se encontrava ausente, e também em algumas decisões” (C1); “Eu tive de assegurar tudo em casa, mas já sabia que isso ia acontecer e, por isso, precavemos tudo” (C2); “Tive de ser pai e mãe ao mesmo tempo, fazia as coisas dobrar, tentando lidar com as situações com normalidade” (C3).

- **Aproximação e partilha:** “Acho que até fortaleceu os laços” (M2); “Eu acho que os reaproxima, porque o facto de ele estar longe, acaba por sentir a falta das filhas e quando volta acaba por se aproximar ainda mais delas” (C4).

- **Mudança na expressão de afetos:** “A filha mostrou algum orgulho quando comentava com os professores a ausência do pai em missão militar. O filho era muito pequeno ainda” (C1); “(...) quando ele vai para missão, em vez de se aproximar delas, faz o contrário, porque ele acha que é a melhor forma (...) a mais velha recusava-se a falar com o pai quando ele estava no Skype até aos dez anos, apenas dizia um olá, porque preferia não o ver para não sofrer mais” (C4); “(...) a ausência do pai provocou alguma ansiedade” (C5).

Tabela nº8 – Emoções sentidas durante o período de deslocamento

	M1	M2	M3	M4	M5	M6	M7	M8	M9	C1	C2	C3	C4	C5	TOTAL
A Choro											X		X		2
B Ansiedade		X									X		X		3
C Saudade	X	X	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X	X	13
D Tranquilidade	X			X					X						3
E Agressividade			X	X		X									3
F Desorientação															0
G Felicidade			X	X											2
H Ressentimento															0
I Tristeza			X								X				2
J Solidão											X		X		2
K Insegurança face à relação															0
L Medo			X	X							X		X		4
M Preocupação	X				X				X	X		X	X	X	7
N Fúria															0

No que concerne às mudanças sentidas no período de deslocamento a alteração de rotinas associada à gestão de responsabilidades assume maior expressão. A figura parental feminina assume o papel preponderante nas rotinas diárias tal como podemos comprovar neste estudo. Estes resultados vão de encontro às investigações realizadas por Allen *et al.* (2011), Hall (2008) e Palmer (2008) (cit por Bóia, 2014, p. 6) que refletem a necessidade de reestruturação de papéis, destacando-se as da mulher, uma vez que esta se vê obrigada a desempenhar todas as funções sozinha. Todavia o presente estudo permite-nos ainda

verificar que ocorrem mudanças na gestão de problemas/aprendizagens uma vez que a mulher se torna mais autônoma devido à necessidade de assumir todos os encargos da família face à ausência do militar. Numa pesquisa realizada por Booth *et al.* (2007) durante o período de deslocamento, os cônjuges desenvolveram novas habilidades e competências que vieram a manifestar-se numa fonte de orgulho e de sentimento de independência. Nesta linha de pensamento, também num estudo realizado por Martins em 2013, constatou-se que as principais aprendizagens e benefícios da missão são o desempenho de novos papéis, a aquisição de uma maior autonomia, o desenvolvimento e um maior à vontade na realização de tarefas e a possibilidade de construir novas competências. Este mesmo estudo revela que as crianças manifestam comportamentos de saudade e ansiedade no período de deslocamento do pai.

Contrariamente ao expectável, o nosso estudo revela que algumas crianças acabam por se afastar dos pais evitando mesmo falar com eles quando contactadas via Skype. Este comportamento poderá funcionar como mecanismo de defesa para evitar o sofrimento provocado pela ausência do pai.

Atendendo aos dados obtidos e de acordo com vários estudos, embora as crianças se apresentem orgulhosas pelo facto do pai servir o país, a maioria dos militares relatou que os filhos recordam esta experiência como sendo um período muito triste e preferem não falar sobre isso, sendo que muitas crianças consideram ter sido o pior ano da sua vida (Miller, 2016).

Apesar de poder causar afastamento entre os elementos da família, através dos resultados obtidos, comprovamos simultaneamente que o deslocamento pode contribuir para o fortalecimento de relações e o aproximar os seus membros (DeCarvalho e Whealin, 2012, cit. por Francisco, 2016, p.24). Alguns casais apresentam uma maior proximidade (Castaneda *et al.*, 2009), mantêm uma boa relação e fortalecem o seu casamento à medida que a missão se desenvolve (Karney & Crown, 2007).

- **Categoria H: Comunicação estabelecida**

Esta categoria pretende analisar a comunicação estabelecida entre os militares e os respetivos cônjuges para fazer face à distância física e emocional no que respeita aos recursos utilizados, à frequência e ao significado atribuído à mesma.

- a. Recursos

A diversidade de recursos (meios de comunicação) hoje em dia disponíveis e de fácil acesso levaria a pensar que militares e cônjuges recorressem a essa multiplicidade de meios

para se manterem em contato. Os dados revelam porém uma opção clara pelos meios mais interativos e imediatos (skype e telemóvel pessoal), também os que mais se associam à privacidade.

Tabela nº9 – Recursos utilizados (meios de comunicação)

		M1	M2	M3	M4	M5	M6	M7	M8	M9	C1	C2	C3	C4	C5	TOTAL
A	Email	X				X	X	X			X	X			X	7
B	Carta															0
C	Telemóvel pessoal		X	X		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	12
D	Skype	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	14
E	Redes sociais (Facebook, Twiter, etc)															0
F	Telefone serviço				X											1
G	Outros															0

b. Frequência

Todos os dias: *“Tentávamos falar todos os dias, mas era pouco tempo, porque estávamos sempre em deslocamentos e a nível de horário tinha muitas horas de diferença e devido a isso depois de manhã tinha de trabalhar”* (M3).

Uma a duas vezes por semana: *“Tínhamos lá a internet e falava regularmente, quando estava em Cabul, mas não falava todos os dias porque também muitas das vezes não era possível. Depois estivemos um mês e tal projetados no setor sul e aí era difícil falar com ela. Nesta segunda missão estive sempre em Cabul e, por isso, já foi mais fácil de falar com ela regularmente, não era diariamente, mas quase, nesta segunda missão”* (M8).

Poucas vezes: *“Nas primeiras duas missões as comunicações eram sempre mais difíceis, fruto dos meios existentes, da situação do país porque as redes de comunicações eram fracas, mas depois nas outras três, já era regular, dia sim, dia não”* (M5); *“(…) quando estávamos em FOB era complicado falar, e podias ficar vários dias sem falar. Mas quando estávamos na nossa base, conseguia falar quase todos os dias”* (M6).

Quanto à regularidade da comunicação verificamos a tentativa de manter contatos diários, recorrendo ao uso do Skype, telefone pessoal e email, porém nem sempre tal ocorre, devido a dificuldades técnicas e/ou outros impedimentos como a dessincronização.

Os avanços da tecnologia têm permitido aos militares a possibilidade de comunicar com os seus entes queridos, participar em momentos festivos em tempo real através da utilização de *sites* de redes sociais (ex. Facebook e Skype). O recurso ao email é frequentemente utilizado, sendo que através deste é possível filtrar algumas das emoções sentidas de uma forma mais consciente e pensada (Pincus *et al.*, 2001). Porém, para os entrevistados em causa, o email não é utilizado por todos e as redes sociais não cativam nenhum dos entrevistados.

c. Significado

A subcategoria *significado* atribuído à comunicação estabelecida diz respeito aos aspetos significativos que advêm do contato desenvolvido entre o militar e a família.

Tabela nº10 – Significado atribuído à comunicação

	M1	M2	M3	M4	M5	M6	M7	M8	M9	C1	C2	C3	C4	C5	TOTAL
A Fortalecer a moral	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X		X	13
B Fortalecer os laços relacionais	X	X	X	X	X		X			X	X		X	X	10
C Aumentar a ansiedade		X										X			2
D Aumentar a tristeza															0
E Facilitar o reencontro			X				X		X			X	X	X	6
F Melhorar o bem-estar	X		X		X	X	X			X	X	X	X		9
G Aumentar o isolamento															0

De acordo com as percepções vivenciadas pelos militares e cônjuges, a comunicação à distância contribuiu essencialmente para o fortalecimento da moral, o fortalecimento dos laços relacionais e a melhoria do bem-estar.

Os dados apurados estão assim em consonância com outros estudos, reveladores de que o contato entre os militares e a família contribui para a satisfação e bem-estar do sistema familiar e para manter a moral, ajudando os militares a manter-se a par dos acontecimentos (Booth *et al.*, 2007), permitindo ampliar as respostas emocionais e a consciência das preocupações familiares (Martins, 2013), contribuindo para aliviar o *stress* e promover a intimidade (Karney & Crown, 2007).

Note-se que eventuais problemas resultantes da comunicação à distância identificados na revisão bibliográfica só foram aqui aflorados por dois entrevistados.

3.1.5. Apresentação e Análise do Grupo VII: Pós-deslocamento: Reintegração

• **Categoria I: Mudanças sentidas (pós-deslocamento)**

Esta categoria abrange todo um conjunto de mudanças significativas ocorridas durante o período de pós-deslocamento citadas tanto pelos militares como pelos cônjuges.

- Alteração de rotinas: “(...) durante um período longo de seis meses, a esposa fica sempre a cuidar de tudo, sendo uma situação que nunca mais vai esquecer e eu sei que cada vez que eu vou,

sei que vou perder um período que nunca vou recuperar, perdi as primeiras palavras, o primeiro passo da minha filha, e sei que isso nunca vou recuperar por mais que quisesse e me dedique à família” (M4); “(...) é sempre um período de adaptação, porque no caso da nossa filha ele teve de aprender a tomar conta dela porque não tinha essa consciência porque não tinha partilhado com ela o início da sua vida porque estava em aprontamento para a missão” (C2); “Temos de ter um período de adaptação, porque é um período que eu tenho as minhas rotinas, tudo organizado e ele chega e quer estar de férias” (C4).

- **Problemas conjugais:** *“(...) houve algumas discussões quando cheguei, porque já não estávamos habituados a estar juntos e eu não queria estar sob stress. E depois o facto de ela ter as responsabilidades todas de quando estava fora e depois de as querer passar novamente para mim de repente, e eu estava cansado” (M3); “Existe sempre uma afetação, porque as pessoas não se relacionam da mesma maneira, uma vez que não existe presença e claro há uma alteração que é expectável que aconteça porque as pessoas não estão presentes por um longo período de tempo” (M8).*

- **Problemas na escola:** *“(...) a filha mais velha começou a estudar e devido à minha situação, minha saída, via-se que ela tinha uma ligeira queda nas notas escolares e depois subia quando eu voltava” (M5).*

- **Reação negativa dos filhos:** *“A minha filha era muito pequena tinha seis meses, quando cheguei ela não me conhecia, fugia de mim, tinha medo. Portanto notei alguma diferença” (M4); “No caso da filha mais nova, como era muito pequena quando eu voltei, ela demorou algum tempo aceitar-me (...) a filha mais velha (...) andou bastante insegura (...) agora a mais nova tem receio que eu a qualquer momento a informe que posso sair de casa para ingressar numa nova missão. E quando regresssei de uma missão a mais nova rejeitou-me por umas largas semanas e depois paulatinamente ela permitiu-me a reaproximação voltando tudo ao normal.” (M5); “(...) ao chegar o meu filho quase não me conhecia e isso fez-me mudar um pouco e ainda hoje sinto. Porque é mau nós chegarmos ao aeroporto e o miúdo não conhecer o pai. Foi uma sensação que ainda hoje tenho. E depois as crianças têm um processo de adaptação, porque não é de um momento para o outro. Na altura o meu filho tinha três anos e claro também expressava muitas saudades (...) com filhos pequenos já existe um processo de adaptação entre filho-pai. Dependendo sempre da faixa etária dele, mas eu acho que em todas as faixas etárias, para quem tem um filho desde bebé até à fase da adolescência a gente sabe que é crítico e carece sempre de uma fase de adaptação, porque depois existe a autoridade do pai, a imagem do pai, os dias todos em que o pai estava em casa de um momento para o outro desapareceu, e apesar de estar lá a mãe, penso que não chega, porque todas as famílias têm de ter um pai e uma mãe. E claro quando o pai chega de missão, o filho começa a olhar e pergunta à mãe, quem é este? Fugindo para o pé da mãe” (M6); “No início quando regresssei talvez houvesse em algumas situações falta de paciência da minha parte ao nível dos caprichos deles, porque tinha presenciado a situação com que as crianças afegãs viviam que eram muito más, e então tive de me readaptar novamente à realidade de Portugal” (M7).*

- **Revolta e nervosismo:** *“(...) existia um sentimento de "revolta", porque sentia que faltava ali a presença e o contributo dele para educar um recém-nascido apesar de saber que ele estava longe a contribuir principalmente monetariamente” (C2); “(...) certos comportamentos do meu marido, foram afetados, porque ele vivenciou casos em que as crianças no Afeganistão não tinham coisas simples (...) e depois chegava a casa e via os filhos a fazerem birra por simples coisas, e aí ele tinha reações que se calhar uma pessoa que nunca tinha estado na situação dele no Afeganistão, nunca se manifestaria tão negativamente como ele (...) os centros comerciais faziam-lhe confusão, muita gente, porque achava tudo suspeito, porque o cenário do Afeganistão era complicado. Porque acima de tudo ele é que tinha de se integrar na rotina em Portugal, sendo por vezes difícil de*

retomar” (C3); “*Senti que ele, nas primeiras noites estava mais nervoso e tinha dificuldades em dormir*” (C4).

Quanto a esta categoria, os entrevistados apresentaram unanimidade nas suas opiniões, evidenciando a reação negativa dos filhos após o período de deslocamento e também a sua própria dificuldade em readaptar-se após a imersão nas situações em que estiveram envolvidos no âmbito das missões.

Os resultados obtidos são assim congruentes com a literatura existente sobre esta temática, no que respeita às dificuldades e ambiguidades do pós-deslocamento, incluindo a possibilidade dos filhos se desenvolverem em problemas tendencialmente maiores, consoante o período de ausência da figura paternal em missão (Booth *et al.*, 2007; Lester & Flake, 2013).

Embora num estudo realizado por Francisco (2016) tenha sido concluído que os resultados escolares não sofrem alterações, alguns entrevistados mencionaram menores resultados escolares dos seus filhos durante a sua ausência. Todavia, investigações realizadas por (Booth *et al.*, 2007) corroboram os resultados obtidos visto ter sido revelado que as crianças sofrem problemas académicos, emocionais, comportamentais, sexuais e de saúde com a ausência do pai.

Na etapa do pós-deslocamento associam-se emoções de felicidade face ao regresso do pai, alguma ansiedade e também a explosão de energia associada a um o sentimento de alívio (Pincus *et al.*, 2001; Van Breda, 1996). Contudo, a presente investigação verificou ainda a existência de um sentimento de revolta e nervosismo principalmente por parte das cônjuges devido à impossibilidade do militar acompanhar fases importantes tais como o processo educativo dos filhos e até mesmo a gravidez. Num estudo realizado por Francisco (2016) a gravidez, a construção de uma casa e o internamento num hospital foram apontados como fatores de elevação dos níveis de *stress* devido às separações repetidas e prolongadas. O envolvimento parental e a manutenção da figura parental deve abarcar alternativas à presença e interação física (Palkovitz, 1997, cit. por, Francisco, 2016, p. 25) para que o contacto entre o militar e os restantes elementos da família não seja perdido. Nos relatos da população em estudo evidencia-se a negação principalmente por parte das crianças, a falta de paciência, a demora na aceitação do pai e até mesmo a incapacidade de reconhecer a figura paternal.

Segundo Booth *et al.* (2007), contrariamente ao expectável, o regresso a casa poderá tornar-se num evento stressante para os militares e familiares. Embora se imagine um reencontro agradável, associado a uma reunião perfeita, a realidade muitas vezes não se

encontra à altura das expectativas. Alguns casais apresentam sentimentos negativos, tais como *stress*, raiva e ansiedade durante o período de pós deslocamento, gerando alguns conflitos e discussões tal como verificado através dos resultados obtidos no nosso estudo.

- **Categoria J: Reintegração após o deslocamento**

Esta categoria, na sequência do que foi explanado anteriormente, compreende todo um conjunto de aspetos que dizem respeito às preocupações adjacentes ao reencontro da família, que se refletem não só na antecipação do seu regresso, bem como após a sua chegada.

- Antecipação do regresso: *“Foi um processo demorado face à incerteza e constante alteração da data de regresso”* (M1); *“É a ansiedade, o querer descansar, gozar férias, estar com a família, partilhar os bons momentos e contar todas as experiências vivenciadas”* (M2); *“Queria estar com a família, passear (...) bastava estar em casa, no sofá e ligar a televisão longe do stress da missão”* (M3); *“Para mim esse é o período mais crítico da missão (...) precisamos de controlar a nossa ansiedade e expectativa e preparar a família para o nosso regresso”* (M5); *“Eu nunca pensei muito nisso, queria fazer o meu trabalho e quando tivesse de regressar, regressava e ponto final (...) estava previsto chegar a tempo do aniversário do meu filho, e o regresso teve de ser adiado e perdi esse acontecimento”* (M7); *“Quando se aproxima o regresso, pensamos mais no que está cá, as coisas que vamos fazer, tentar recuperar os seis meses que perdemos”* (M9); *“Estava ansiosa com a aproximação do regresso, mas preocupada com eventuais alterações comportamentais motivadas pela experiência da missão. Sentia-me feliz por saber que ele ia regressar”* (C1); *“Ansiedade, tinha algumas dúvidas se o cônjuge vem igual ao que foi, não digo em termos físicos, mas em termos psicológicos. Duvidas também no caso de saber se a minha filha ia reconhecer o pai ou ter alguma ligação com ele”* (C2); *“Penso que seja dos piores períodos da missão para nós, porque nunca sabíamos a data ao certo de quando ele chegaria.”* (C3); *“Eu acho que é uma das piores fases, porque nunca sabemos quando vai acabar, será que chega, será que não chega. Depois nunca se sabe quando tem avião, por vezes é um massacre”* (C4).

- Readaptação no sistema familiar: *“Não foi fácil porque houve sacrifícios, de espírito de missão que só poderiam ser ultrapassados lá com a nossa disposição a 100% na missão, quase 24h/7 dias, abdicando um pouco da família”* (M2); *“Foi difícil, porque parece que estamos a voltar a casa, mas aquilo é um ambiente estranho, desde a chegada ao aeroporto e vemos os carros a passar ao pé de nós. Lembro-me de ter ido na primeira semana ao centro comercial e ter tantas pessoas ao pé de mim, que já me fazia confusão. Mas depois fui-me habituando”* (M3); *“A readaptação foi fácil, porque também quem cá ficou, esteve bem. Mas na última missão do Afeganistão, em 2013, um mês antes de chegar, o meu pai faleceu enquanto estava lá, o reencontro com a minha mãe não foi igual, mas depressa as coisas normalizaram”* (M9); *“Compreensão para a nova situação familiar, diálogo permanente, aceitação e partilha das novas responsabilidades”* (C1); *“(...) inicialmente houve um período de adaptação e de conquista da parte dele para que houvesse uma aceitação da parte dela”* (C2); *“(...) após um período de adaptação e reintegração voltava tudo ao normal (...) já estávamos habituados à distância”* (C3).

- Renegociação de responsabilidades/rotinas: *“(...) nos primeiros tempos, voltar à rotina de casal e de pai demora sempre uns meses a voltar ao normal. Porque tínhamos durante seis meses uma rotina muito própria, porque eu lá levantava-me às 4h da manhã todos os dias para dar formação e depois chego aqui quando o fuso horário é diferente passo a levantar as 7h e depois o*

sono anda trocado. Depois durante a missão eu tenho 24h para o trabalho e quando eu chego aqui tenho 24h para a família e para o trabalho” (M4); “(...) no período pós missão, conseguimos sempre restabelecer tudo dentro do normal” (M5).

De encontro ao que se apurou na revisão bibliográfica, verifica-se que a reintegração pode implicar sentimentos vários, de incerteza, de frustração sobre os atrasos no retorno, um choque cultural para o militar que se vê empurrado de volta para a vida doméstica, a falta de tempo para processar o que a guerra significava, a falta de tempo para se reintegrar na família antes de retomar os deveres militares e a readaptação às rotinas (Booth *et al.* (2007).

Recorrendo às palavras dos entrevistados, enquanto uns consideram que o seu regresso foi fácil, “*porque (...) quem cá ficou, esteve bem*”, outros (a maioria) revelam o alto grau de ansiedade quando se antecipa o regresso, sentido como “*(...) o período mais crítico da missão (...)*”.

À semelhança do que constatou Pisano (2010), também neste estudo de caso o regresso do militar constitui um grande desafio para as famílias, implicando esforços, adaptação, compreensão, diálogo, (re)conquista/(re)afirmação da confiança e dos afetos, processo que pode demorar meses até que a família regresse à sua vida normal.

De facto, tal como nos estudos de Booth *et al.* (2007) que constataram que os militares e as suas famílias precisam de tempo para se acostumar novamente, renegociar papéis e reorganizar as vidas juntos, também se verificou nesta investigação esta necessidade.

Os resultados obtidos são pois congruentes com a literatura sobre este tema, quanto aos sentimentos emergentes, a necessidade de renegociar papéis, conciliar expectativas e níveis de independência e até mesmo o desenvolvimento de outros. De igual forma, quer na nossa investigação quer na literatura de referência, identificaram-se dificuldades no ajustamento após o regresso do militar, que incluem mudanças no humor e personalidade do militar, na comunicação dentro do relacionamento e na disciplina das crianças.

Por último, quando questionados relativamente à avaliação da experiência dos militares em participação em missões, 5 dos inquiridos avaliam-na como sendo muito positiva (5) e os restantes 4 como sendo positiva (4).

CAPITULO 4 – DISCUSSÃO DE RESULTADOS

Tendo por base as hipóteses formuladas no segundo capítulo apresentamos as conclusões deste trabalho, com o intuito de atribuir sentido a todo o trabalho desenvolvido.

H1.1: A participação em missões conduz a uma mudança na expressão de afetos no sistema familiar, à alteração de rotinas e à reestruturação de papéis.

A hipótese foi confirmada.

Através dos resultados obtidos verificamos que os participantes afirmaram sentir mudanças nas três fases da missão (antes, durante e após o deslocamento). Na fase de pré-deslocamento os inquiridos afirmaram ter ocorrido alteração nas rotinas e na expressão de afetos. A maioria dos entrevistados manifestou sentimentos de negação, face à antecipação da perda, momentos de treino e preparação de diversos assuntos e consciencialização da distância mental e física. Contudo, revelaram que as mudanças foram sentidas essencialmente no período de deslocamento, quando o militar se ausentou. Comprovamos que houve necessidade de gerir responsabilidades, a figura parental feminina assumiu um papel preponderante nas rotinas diárias e passou a desempenhar todas as funções sozinha ou recorreu à ajuda de familiares. Algumas crianças apresentaram problemas escolares, emocionais e comportamentais. Após o deslocamento, os filhos manifestaram emoções positivas face ao regresso do pai, mas também alguma ansiedade, que implicou diálogo e reconquista dos afetos. Nas narrativas de ambos os cônjuges está presente o sentimento de perda pelo fato da ausência impedir o acompanhamento e a partilha de certas fases importantes vida familiar, tais como o processo educativo dos filhos, um aniversário, e até mesmo a gravidez. Alguns entrevistados aludiram ainda à negação principalmente por parte das crianças, a falta de paciência, a demora na aceitação do pai e até mesmo a incapacidade de reconhecer a figura paternal.

H1.2: Os casais apresentam uma maior proximidade e fortalecem o seu casamento à medida que a missão se desenvolve.

A hipótese foi confirmada parcialmente.

Através dos resultados obtidos, comprovamos que o deslocamento contribuiu para o fortalecimento das relações e aproximou os seus membros. A maioria dos casais apresentaram uma maior proximidade, mantiveram uma boa relação e fortaleceram o seu casamento à medida que a missão se desenvolveu, apesar de algumas famílias terem revelado um maior afastamento entre os seus elementos.

H2: A vida militar exige uma elevada frequência de deslocamentos militares e, consequentemente, a sua ausência afetando o bem-estar da família.

A hipótese foi confirmada.

Os inquiridos apontaram que a vida militar lhes deixa pouco tempo para estar em família uma vez que a condição militar lhes exige um compromisso com a instituição. Todos eles já estiveram envolvidos em mais do que uma missão, sendo que durante o período de deslocamento atravessaram fases complicadas no que respeita à integridade e bem-estar do seu sistema familiar. Assim, afirmaram que despendem de longas horas de trabalho, trabalham por turnos e muitas vezes deslocam-se para outra área geográfica e sobrepõem as necessidades da organização militar às da família.

H3: As missões mais longas e com elevado grau de hostilidade colocam maiores adversidades à díade conjugal.

A hipótese foi confirmada.

Os militares afirmaram que o facto de pertencerem a uma força com elevado nível de operacionalidade faz com que muitas vezes integrem missões em TO hostis, o que conduz a uma maior tensão e medo por parte das suas famílias. As mulheres afirmaram sentir uma carga emocional mais elevada, principalmente em situações como o TO como o Afeganistão, devido ao elevado ritmo, insegurança e perigos associados às exigências operacionais dos seus companheiros, para além de se tratar de um TO objeto de grande mediatismo. Também quanto mais longa a participação do militar em missões internacionais mais fortes são as adversidades que se colocam à díade conjugal, tendo os entrevistados admitido que duração perpetuou a ansiedade, o decréscimo de felicidade, o desenvolvimento de situações de *stress* e a diminuição de interações, exigindo uma gestão emocional mais rigorosa.

H4: A participação é motivada principalmente pela remuneração/compensação financeira e pelo desenvolvimento pessoal e profissional.

A hipótese foi confirmada.

Os participantes no estudo referiram que os principais motivos para irem em missão passam pela aquisição de novas experiências (afirmado por quatro militares) e pelo desenvolvimento pessoal e profissional (afirmado por oito militares), que se traduzem na oportunidade de pôr em prática o treino desenvolvido ao longo da sua formação e de testar as suas capacidades. Militares e cônjuges referem ainda o peso da remuneração/compensação financeira (afirmado por nove militares) como um estímulo para esta participação, que trará uma maior estabilidade monetária ao sistema familiar tal como podemos constatar através da análise da tabela nº7. O salário extra, bem como a oportunidade de desenvolvimento profissional foram apontados por todos como fatores a ter em conta para aceitar este desafio. Aplicar a cultura militar, progredir na carreira, a oportunidade de vivenciar experiências únicas e explorar culturas diferentes foram também aspetos positivos no deslocamento apontados pelos militares da população em estudo.

H5: O uso dos meios de comunicação permitiu fortalecer a moral e a relação e melhorar o bem-estar.

A hipótese foi confirmada.

Verificamos que a maioria dos casais comunicava praticamente todos os dias recorrendo ao uso do Skype, telefone pessoal e email, o que lhes permitiu manter a proximidade do casal, o envolvimento da figura parental nas relações e rotinas familiares tornando-o omnipresente. De acordo com as perceções vivenciadas pelos militares e cônjuges em estudo, a comunicação contribuiu essencialmente para o fortalecimento da moral (afirmado por treze inquiridos), o fortalecimento dos laços relacionais (afirmado por dez inquiridos) e a melhoria do bem-estar (afirmado por 9 inquiridos), tal como podemos constatar através da análise da tabela nº10. Os inquiridos afirmaram ter tido a possibilidade de se manter a par dos acontecimentos familiares e que isso aliviou o *stress*, fê-los sentir melhor, promoveu a intimidade entre o casal e facilitou-lhes a readaptação após o regresso.

H6: Após o regresso do militar foram necessários esforços para voltar à vida familiar normal.

A hipótese foi confirmada parcialmente.

Grande parte das famílias afirmaram que o período de pós-deslocamento foi o mais crítico da missão, originou sentimentos de frustração sobre os atrasos no retorno e um choque cultural para o militar face à necessidade de voltar à vida doméstica. Tanto os militares como as mulheres precisaram de tempo para se acostumar novamente, renegociar papéis e reorganizar a vida juntos. Em algumas famílias constataram-se conflitos familiares sobre quem deveria assumir as responsabilidades, mudanças no humor e de personalidade, principalmente do militar, face às experiências vivenciadas em missão. Quanto ao relacionamento com os filhos, os inquiridos afirmaram ter existido um processo de adaptação entre pai-filho, visto que algumas crianças manifestaram medo, insegurança e incapacidade de reconhecer a figura paternal. Porém, alguns inquiridos consideraram que o seu regresso foi fácil e que não existiram quaisquer dificuldades em readaptar-se.

CONCLUSÕES

O presente capítulo destina-se a refletir sobre os principais resultados obtidos através deste estudo e a apresentar algumas limitações adjacentes ao mesmo.

Após uma análise aprofundada dos relatos dos militares e dos cônjuges inquiridos, foi possível aceder de uma forma mais aproximada às suas vivências relacionadas com participação do militar do EP em missões internacionais. Esta análise, sustenta a resposta à questão central inicialmente lançada, com base na compreensão das alterações manifestadas no sistema familiar e na interpretação de emoções e estratégias adotadas durante este período.

De uma forma representativa, a falta de tempo para a família é apontada como a principal exigência da vida militar, uma vez que esta condição se traduz num compromisso total por parte dos militares (com a unidade, com a missão e com os pares). Esta conclusão, na nossa investigação e noutras que foram sendo citadas (por exemplo, Bowen *et al.*, 2013), mostra que as exigências do serviço militar, muitas vezes sobrepõem-se à família (Bowen & Orthner, 1989) especialmente durante o período da missão e constituem-se numa ameaça à integridade e bem-estar do sistema familiar.

Fatores como a experiência, a duração e o local da missão, os laços entre o subsistema familiar e as tarefas/funções desempenhadas influenciam as emoções sentidas no que respeita à participação em missões. O grupo de militares em estudo integra TO hostis, o que conduz a uma maior tensão e medo por parte das famílias. A carga emocional sobre as famílias militares e as adversidades colocadas à díade conjugal aumentam quanto mais longa, perigosa e exigente a nível operacional, for a participação do militar numa missão internacional (Wright *et al.*, 2006; Chandra *et al.*, 2011).

As principais razões que conduzem os militares a participar em missões são a remuneração/compensação financeira e o desenvolvimento pessoal e profissional, traduzindo-se na possibilidade de adquirir uma maior estabilidade monetária no sistema familiar e na oportunidade de pôr em prática o treino desenvolvido ao longo da sua formação, testando assim as suas capacidades. Como tal, as principais motivações para voltar a participar numa missão encontram-se relacionadas com o espírito de camaradagem e compensação financeira (Tomforde, 2005) e com a aventura, as experiências significativas

e a realização (Hedlund, 2011, cit. por Gavinho, 2012, p. 11). Aplicar a cultura militar, progredir na carreira (Castaneda *et al.*, 2009), a oportunidade de vivenciar experiências únicas e explorar culturas diferentes são também aspetos positivos no deslocamento (Sheppard *et al.*, 2010).

A participação dos militares em missões internacionais afeta não só os militares, mas também toda a dinâmica do sistema familiar durante as três fases da missão (pré-deslocamento, deslocamento e pós deslocamento).

Na fase de pré-deslocamento verifica-se a alteração de rotinas, mudança na expressão de afetos, sentimentos de negação face à antecipação da perda, momentos de treino e preparação de diversos assuntos, e consciencialização da distância mental e física (Pincus *et al.*, 2001).

O deslocamento do militar conduz a uma série de desafios na vida das cônjuges e dos filhos, sendo que a saudade surge como uma das principais consequências negativas associando-se à perda de eventos importantes, principalmente o desenvolvimento e o crescimento das crianças, tal como previsto na literatura (Lester & Flake, 2013; Walsh *et al.*, 2014). É também enfatizada a importância do cumprimento da missão, a preocupação com a execução de tarefas, objetivos e compromissos assumidos em grupo, bem como a oportunidade de contactar com a família enquanto experiência estabilizadora (Surrador, 2002; Pincus *et al.*, 2001). Neste período são efetuadas mudanças nas rotinas no que respeita à gestão de responsabilidades e reestruturação de papéis, sendo que a figura parental feminina assume um papel preponderante nas rotinas diárias (Allen *et al.*, 2011; Hall, 2008; Palmer, 2008, cit por Bóia, p. 6).

Constatou-se ainda que ocorrem alterações na gestão de problemas/aprendizagens uma vez que a cônjuge se torna mais autónoma, devido à necessidade de assumir todos os encargos da família face à ausência do militar, corroborando-se assim as conclusões de Martins (2013) ao referir que as principais aprendizagens e benefícios da missão são o desempenho de novos papéis, a aquisição de uma maior autonomia, o desenvolvimento de um maior à vontade na realização de tarefas e a possibilidade de construir novas competências.

Contrariamente ao expectável, constatamos que algumas crianças acabam por se afastar dos pais evitando mesmo falar com eles quando contactadas via Skype. Este comportamento poderá funcionar como mecanismo de defesa para evitar o sofrimento provocado pela ausência do pai face aquela que é considerada uma das piores fases da vida das crianças (Miller, 2016). Apesar de poder causar afastamento entre os elementos da

família, comprovamos simultaneamente que o deslocamento pode contribuir para o fortalecimento de relações e o aproximar os seus membros, tal como sugerem alguns autores (DeCarvalho e Whealin, 2012, cit. por Francisco, 2016, p. 24).

A comunicação estabelecida permitiu fazer face à distância física e emocional dos militares e dos seus cônjuges, tendo contribuído essencialmente para o fortalecimento da moral, o fortalecimento dos laços relacionais e a melhoria do bem-estar. Como recursos foram utilizados principalmente o Skype, o telemóvel pessoal e o email, sendo que a maioria dos casais comunicava praticamente todos os dias. Tal como referem Jacobs e Hicks (1987), através dos meios de comunicação é possível manter o envolvimento da figura parental nas relações e rotinas familiares tornando-o omnipresente (Francisco, 2016) e impedindo a diminuição da intimidade entre o casal.

Durante o período de pós-deslocamento verificou-se uma reação negativa principalmente por parte dos filhos, facto congruente com a literatura existente sobre esta temática, que afirma que os filhos desenvolvem problemas psicológicos, de saúde, comportamentais e sofrem uma queda nas notas escolares devido à ausência da figura paterna em missão (Booth *et al.*, 2007; Lester & Flake, 2013). Nesta fase, apuraram-se emoções de felicidade face ao regresso do pai, alguma ansiedade e também a explosão de energia associada a um o sentimento de alívio (Pincus *et al.*, 2001; Van Breda, 1996). Contudo, foi também verificada a existência de um sentimento de revolta e nervosismo por parte de ambos os cônjuges devido à impossibilidade do militar ter acompanhado fases importantes tais como o processo educativo dos filhos e até mesmo a gravidez, gerando alguns conflitos e discussões. O presente estudo evidencia também a negação por parte das crianças, a falta de paciência, a demora na aceitação do pai e até mesmo a incapacidade de reconhecer a figura paterna.

No período de pós-deslocamento, apurou-se que a reintegração origina sentimentos de frustração sobre os atrasos no retorno, um choque cultural para o militar que se vê empurrado de volta para a vida doméstica, a falta de tempo para processar o que a guerra significava, a falta de tempo para se reintegrar na família antes de retomar os deveres militares e a readaptação às rotinas, também descrito num estudo realizado por Booth *et al.* (2007).

Tal como Pisano (2010), concluímos que o regresso do militar se constitui num enorme desafio para as famílias sendo necessários alguns esforços para voltar à vida familiar normal. Os militares e as suas famílias precisam de tempo para se acostumar novamente, renegociar papéis, expectativas e níveis de independência e reorganizar a vidas juntos.

Por último, salientamos as limitações do estudo que consideramos pertinentes explorar. Primeiramente é importante referir a reduzida dimensão da amostra, nos dois tipos de participantes: militares (n=9) e cônjuges (n=5). Esta limitação tem por inerência dois aspetos relacionados: por um lado, os tempos intrínsecos ao contato prévio para apresentar o estudo, obter o consentimento informado e realizar a entrevista propriamente dita cujo teor, pela sua especificidade, se torna demorada; por outro lado, a própria especificidade desta força, que pela sua atual projeção para a RCA também não facilitou o acesso aos entrevistados. De fato, por vezes tornou-se difícil conciliar os horários das entrevistas com os militares do Regimento de Comandos, devido à operacionalidade da unidade, e também com as cônjuges, devido à sua atividade profissional e compromissos pessoais.

Outro aspeto limitativo prende-se com o facto das informações recolhidas nesta pesquisa serem efetuadas num só momento, que exige uma retrospectiva sobre os acontecimentos passados. Recorrendo a uma investigação longitudinal, em vários momentos (antes, durante e após a missão), os resultados obtidos corresponderiam a perceções mais emotivas e possivelmente mais realistas, fundamentadas em aspetos e vivências concretas da missão.

Em suma, é pertinente continuar a desenvolver estudos em Portugal sobre esta temática, tendo em conta uma perspetiva holística e uma abordagem longitudinal que nos permitam desenvolver projetos ou programas de intervenção junto das famílias dos militares e promover uma adaptação positiva aos deslocamentos com base na implementação de apoios a esta população.

RECOMENDAÇÕES

No decorrer da investigação realizada e à medida que o tema se foi desenvolvendo sentimos que este poderá ser explorado noutro sentido e também de diferentes formas. Como tal, e para tal, deixamos algumas sugestões para futuros trabalhos a serem elaborados neste âmbito, de modo a contribuir para o desenvolvimento da temática em questão.

Assim, em investigações futuras, seria interessante desenvolver uma investigação longitudinal, que permita a recolha de informações em vários momentos (antes, durante e após a missão), para que os resultados obtidos possam corresponder a perceções mais aprofundadas e possivelmente mais realistas, fundamentadas em aspetos e vivências concretas da missão.

Sugere-se também o desenvolvimento de estudos com a presença de militares do sexo feminino, uma vez que a sua participação em missões internacionais tem vindo a crescer e seria igualmente interessante elaborar uma investigação nesta área dada a sua escassez.

Outra temática interessante prende-se com a prevenção/intervenção sobre as famílias militares no sentido de analisar as ajudas e estratégias de apoio existentes para minimizar os riscos associados à participação dos militares em missões internacionais, no que respeita à separação familiar e à adaptação a experiências de elevada tensão e *stress*.

Parece-nos igualmente desafiante realizar pesquisas que envolvam participantes dos três ramos das Forças Armadas: Marinha, Força Aérea e Exército, com o intuito de estabelecer dados comparativos, averiguar possíveis diferenças entre a adaptação dos filhos e cônjuges, e identificar estratégias de apoio, que poderão ser transversais a estas três instituições.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aboim, S. (2010). Género, família e mudança em Portugal. In Wall, K., Aboim, S. & Cunha, V., *A vida familiar no masculino: negociando velhas e novas masculinidades* (pp. 39-66). Lisboa: Editorial do Ministério da Educação.
- Alarcão, M. (2006). *(Des)equilíbrios familiares: uma revisão sistémica*. Coimbra: Quarteto.
- Alarcão, M. & Relvas, A. P. (2002). *Novas formas de família*. Coimbra: Quarteto.
- American Psychological Association [APA]. (2007). The psychological needs of U.S. military service members and their families: a preliminary report. In *Presidential task force on military deployment services for youth, families, and service members*. Acedido a 10 de março de 2017 em <http://www.ptsd.ne.gov/publications/military-deployment-task-force-report.pdf>.
- Andrade, M. (2010). *Introdução à metodologia do trabalho científico* (10ª Edição). São Paulo: Atlas.
- Andrade da Silva, Paiva, Cerdeira, Rodrigues & Luís (1998). Militar português em missões de paz. Modelo de avaliação psicológica: considerações epistemológicas e metodológicas. *Revista de Psicologia Militar*, 11, 173-184.
- Antas, J. (2008). Portugal nas missões de paz. In *Portugal nos Sistemas Internacionais*. Lisboa: Academia Militar. Acedido a 17 de fevereiro de 2017 em <http://zasilva-missoesdepaz.blogspot.pt/2008/06/portugal-nas-misses-de-paz.html>.
- Baltazar, M. S. & Salvador, R. (2012). Impactos da profissão militar nos padrões familiares: reconfigurações a partir do caso particular do comando de instrução e doutrina. In *VII Congresso Português de Sociologia* (pp. 19-20). Porto: Universidade do Porto.
- Barbudo, M. (2013). *Vivências de Militares em Missões Internacionais: o Impacto nas Relações Conjugais*. Trabalho de investigação aplicada, Mestrado em Psicologia, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Lisboa.
- Barbudo, M., Francisco, R., & Santos, R.P. (2014). Vivências de militares em missões internacionais: o impacto nas relações conjugais. *Revista de Psicologia Militar*, 23, 9-35.

- Bartone, P. (2006). Resilience under military operational stress: can leaders influence hardiness? *Military Psychology*, 18, 131-148. Acedido a 15 de março de 2017 em <http://hardiness-resilience.com/docs/Bartone.pdf>.
- Bell, J. (2010). *Como realizar um projeto de investigação*. Lisboa: Gradiva Publicações.
- Bell, D. B. & Schumm, W. R. (2005) Balancing work and family demands in the military: what happens when your employer tells you to go to war? In D. F. Hapern & S. E. Murphy (Eds.), *From work-family balance to work-family interaction: changing the metaphor* (pp. 83-97). New Jersey: Routledge.
- Beltrão, P. C. (1989). *Sociologia della famiglia contemporanea*. Roma: PUG.
- Blaise, K. (2006). *The heart of a soldier: a true story of love, war, and sacrifice*. New York: Gotham Books.
- Bogdan, R. & Biklen, S. (1994) *Investigação qualitativa em educação: fundamentos, métodos e técnicas*. Porto: Porto Editora.
- Bogdan, R. & Biklen, S. (2010). *Investigação qualitativa em educação: uma introdução à teoria e aos métodos*. Porto: Porto Editora.
- Bóia, A. (2014). *O impacto das missões internacionais na dinâmica dos casais militares portugueses: um estudo exploratório*. Trabalho de investigação aplicada, Mestrado Integrado em Psicologia, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Lisboa.
- Booth, B., Segal, M., Bell, D., Martin, J., Ender, M., Rohall, D. & Nelson, J. (2007). *What we Know About Army Families: 2007 Update*. In *U.S.Army MWR*. Acedido a 15 de março de 2017 em <https://www.mwrbrandcentral.com/images/uploads/whatweknow2007.pdf>.
- Bowen, G. L. & Orthner, D. K (1989). *The organization family: work and family linkages in the u.s. military*. New York: Praeger.
- Bowen, G. L., Martin, J. A. & Mancini, J. A. (2013). The resilience of military families: theoretical perspectives. In M. A. Fine & F. D. Fincham (Eds.) *Handbook of family theories: a content-based approach* (pp. 417-436). New York: Routledge. Acedido a 02 de abril de 2017 em http://4-hmilitarypartnerships.org/educator-staff/recorded_webinars/mancini_o_neal_webinar_resources/Bowen%20Martin%20Mancini%202013%20resilience%20of%20military%20families%20theoretical%20Operspectives.pdf.
- Branco, C., Carreiras, H., Carriço, A., Cruz, M., Durães, L., Elias, L., Eugénio, A., Gomes, C., Loureiro, J., Pereira, C., Pires, R., Santos, M., Saraiva, M., Saramago, M.,

- Silvestre, C. & Sousa, F. (2010). *Portugal e as operações de paz. uma visão multidimensional*. Lisboa: Prefácio.
- Branco, C. (2009). A participação de Portugal em operações de paz. êxitos, problemas e desafios. *E-Cadernos Ces*, (06), 86-116. doi: 10.4000/eces.365.
- Branco, C. (2015). A participação portuguesa em missões de paz da ONU. *Relações Internacionais*, (47), 101-126. Acedido a 15 de fevereiro de 2017 em http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S164591992015000300006&lng=pt&tlng=pt.
- Brás, P. (2008). *Um olhar sobre a parentalidade (estilos parentais e aliança parental) à luz das transformações sociais atuais*. Trabalho de investigação aplicada, Mestrado em Psicologia, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Lisboa.
- Brasher, K. S., Dew, A. B., Kilminster, S. G. & Bridger, R. S. (2010). Occupational stress in submariners: the impact of isolated and confined work on psychological well-being. *Ergonomics*, 53(3), 305-313.
- Braun, V. & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. Acedido a 15 de abril de 2017 em <http://eprints.uwe.ac.uk/11735>.
- Britt, T. W., Adler, A. B. & Bartone, P. T. (2001). Deriving benefits from stressful events: the role of engagement in meaningful work and hardiness. *Journal of Occupational Health Psychology*, 6 (1), 53-63. Acedido a 05 de abril de 2017 em https://www.researchgate.net/profile/Amy_Adler/publication/12132342_Deriving_BeneBene_from_Stressful_Events_The_Role_of_Engagement_in_Meaningful_Work_and_HarHardin/links/5484d61c0cf283750c370ab2/Deriving-Benefits-from-Stressful-Events-The-Role-of-Engagement-in-Meaningful-Work-and-Hardiness.pdf.
- Brown, M. (2009). Questions and answers about military families: a sloan work and family research network fact sheet. In *Work and Family*. Acedido a 10 de março de 2017 em <https://workfamily.sas.upenn.edu/sites/workfamily.sas.upenn.edu/files/imported/pdf/militaryfamilies.pdf>.
- Cardoso, N., Domingos, P., Marino, L., Almeida, P., Bernardino, J., Fontoura, O., Roque, C., Soares, J., Quelincho, J., Rodrigues, A. & Cardoso, E. (2014). *International security assistance force - Portugal - 12 anos de participação na ISAF*. Espinho: Tipografia Meneses.

- Carrigo, A. & Silva, S. (2008). *Teoria das relações internacionais*. Lisboa: Academia Militar.
- Castaneda, L. W., Harrell, C. M., Varda, D. M., Hall, K. C., Beckett, M. K. & Stern, S. (2009). *Deployment experiences of guard and reserve families. implications for support and retention*. Sta Monica, California: RAND Corporation.
- Chandra, A., Burns, R. M., Tanielian, T. & Jaycox, L. H. (2011). Understanding the deployment experience for children and youth from military families. In. MacDermid, W. & D. Riggs (Eds.), *Risk and resilience in u.s. military families* (pp. 175-192). New York: Springer.
- Charmaz, K. (2006). *Constructing grounded theory: a practical guide through qualitative analysis*. London: SAGE Publications.
- Crespo, C. (2007). “À mesa com a família”: rituais familiares ao longo do ciclo de vida. Trabalho de investigação aplicada, Mestrado em Psicologia, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Lisboa.
- Cruz, O. (2005). *Parentalidade*. Coimbra: Quarteto.
- Daly, K. (2007). *Qualitative methods for family studies and human development*. Los Angeles: SAGE Publications.
- Dias, M. O. (2000). A família numa sociedade em mudança, problemas e influências. *Gestão e Desenvolvimento*. 9, 81-102.
- Dias, M. O. (2011). Um olhar sobre a família na perspetiva sistémica: o processo de comunicação no sistema familiar. *Gestão e Desenvolvimento*. 19, 139-156.
- Dias, C. (2015). *O militar português nas operações de apoio à paz: qual o impacto dos indutores de desconforto associados à missão e à família na sintomatologia psicológica*. Trabalho de investigação aplicada, Mestrado Integrado em Psicologia, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Lisboa.
- Dorvil, M. & Williams, K. (2015). Active duty spouses and active duty members: spouse employment, satisfaction, financial health, relationships, & deployments. In *Defense Manpower Data Center and Defense Research, Surveys, and Statistics Center*. Acedido a 07 de março de 2017 em http://download.militaryonesource.mil/12038/MOS/Surveys/MSO-VSO_Briefing_ADSS-SOFS-A_2016.pptx.
- Egeren, L. (2004). The development of the coparenting relationship over the transition to parenthood. *Infant Mental Health Journal*, 25 (5), 453–477. doi:10.1002/imhj.20019.

- Ender, M. G. (2006). Voices from the backseat: demands of growing up in military families. In C. A. Castro, A. B. Adler, & C. A. Britt (Eds.), *Military life: the psychology of serving in peace and combat* (pp. 138–166). Bridgeport: Praeger Security International.
- Epstein, N. B., Bishop, D., Ryan, C. Miller. & Keitner, G. (2003) The mcmaster model view of healthy family functioning. In W.Froma (Eds.), *Normal family processes: growing diversity and complexity* (3rd ed.) (pp. 581-607). New York: Guilford Press.
- Estado Maior General Forças Armadas [EMGFA] (2010). Press Kit – ISAF – 5º CN/FND/ISAF. In *Gabinete do Estado Maior General das Forças Armadas*. Acedido a 02 de abril de 2017 em http://www.emgfa.pt/useruploads/files/press_kit_isaf5%C2%BA_cn_fnd_isaf.pdf.
- Exército Português [EP]. (2005). Regulamento de campanha: operações. Lisboa.
- Fa'alau, F. (2016). Family communication patterns and wellbeing among samoan youth in aotearoa new zealand. *New Zealand Sociology*, 31 (2), 18-47.
- Fortin, M. F. (2003). *O processo de investigação – da conceção à realização*. Loures: Lusociência.
- Francisco, C. (2016). “Tão Perto e Tão Longe”. *As vivências das famílias militares das ilhas e de portugal continental: um estudo exploratório qualitativo*. Trabalho de investigação aplicada, Mestrado Integrado em Psicologia, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Lisboa.
- Gavinho, A. (2012). *Motivações, enriquecimento trabalho-família e apoio familiar percebido: estudo exploratório com uma amostra de militares portuguesas em missões de paz*. Trabalho de investigação aplicada, Mestrado em Psicologia, Faculdade de Psicologia, Lisboa.
- Gibbs, D. A., Clinton-Sherrod, A. M. & Johnson, R. E. (2012). Interpersonal conflict and referrals to counseling among married soldiers following return from deployment. *Military Medicine*, 10 (177), 1178-1183. Acedido a 13 de março de 2017 em <http://eds.b.ebscohost.com/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=2&sid=6ea4d747-8301-4c6e-8f90-e7c122a378cc%40sessionmgr104&hid=103>.
- Gil, A. (2002). *Como elaborar projetos de pesquisa* (4ª Edição). São Paulo: Atlas.
- Gomes, A. (2008). Portugal e as missões militares internacionais. In *Boletim N5*. Acedido a 20 de fevereiro de 2017 em <http://www.anagomes.eu/PublicDocs/636ef70f-65ce-4d9f-87e8-55dbc809ff5f.pdf>.

- Gomes, R. (2010). *A defesa dos interesses de Portugal no espaço estratégico de interesse nacional conjuntural*. Trabalho de investigação aplicada, Mestrado em Estudos Da Paz e da Guerra nas Novas Relações Internacionais, Universidade Autónoma, Lisboa.
- Greene, T., Buckman, J., Dandeker, C. & Greenberg, S. N. (2010). How communication with families can both help service members mental health and occupation effectiveness on deployment. *Military Medicine*, 175(10), 745-749.
- Hall, L. K. (2008). *Counseling military families: what mental health professionals need to know*. New York: Routledge.
- Hirdman, Y. (1998). State policy and gender contracts: the swedish experience. In Emerek, E. & Mahon, E. (Eds.), *Women, work and the family in Europe* (pp. 36-46). London: Routledge.
- Júnior, D. (2002). O enquadramento das missões de paz (PKO) nas teorias da guerra e de polícia. *Revista Brasileira de Política Internacional*. 45(2), 147-197. Acedido a 02 de março de 2017 em http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-73292002000200008.
- Karney, B. & Crown, J. (2007). *Families under stress. an assessment of data, theory, and research on marriage and divorce in the military*. Pittsburgh: RAND Corporation.
- Han, C. S. & Kim, Y. K. (2001). Psychiatric symptoms reported by international peacekeeping personnel in the western sahara desert. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, (189), 858-860.
- Huebner, A. J., Mancini, J. A., Wade, K. E., McElhaney, S. J., Wiles, B. B. & Ford, J. L. (2010). Resilience and vulnerability: the deployment experiences of youth in military families. In *Researchgate*. Acedido a 03 de abril de 2017 em https://www.researchgate.net/publication/228534218_Resilience_and_vulnerability_The_deployment_experiences_of_youth_in_military_families.
- Koerner, A. F. & Fitzpatrick M. (2006). Family communication patterns theory: a social cognitive approach. In Braithwaite, D & Baxter, L (Eds), *Engaging theories in family communication: multiple perspectives* (pp.50-65). Thousand Oaks: Sage. Acedido a 31 de março de 2017 em http://www.academia.edu/3592499/Family_communication_patterns_theory_A_social-cognitive_approach.

- Koesten, J. (2004). Family communication patterns, sex of subject, and communication competence. *Communication Monographs*, 71 (2), 226-244.
- Koesten, J. & Anderson, K. (2004). Exploring the influence of family communication patterns, cognitive complexity, and interpersonal communication competence on adolescent risk behavior. *Journal of Family Communication*. 4 (2), 99-121.
- Lakatos, E. M. & Marconi, M. A. (1991). *Metodologia científica* (2ª Edição). São Paulo: Editora Atlas.
- Lester, P. & Flake, L. (2013). How wartime military service affects children and families. *The Future of Children*. 23(2), 121-141.
- Lewis, J. (2001). The decline of the male breadwinner model: implications for work and care. *Social Politics*, 8 (2), 152-169. doi: <https://doi.org/10.1093/sp/8.2.152>.
- Litz, B. T., Maguen, S., Wang, J. L. & Cook, M. (2004). The stressors and demands of peacekeeping in kosovo: predictors of mental health response. *Military Medicine*, 169 (3), 198-206. Acedido a 13 de março de 2017 em <http://militarymedicine.amsus.org/doi/pdf/10.7205/MILMED.169.3.198>.
- Machado, M. (2008). *Aliança parental, coesão e adaptabilidade familiar ao longo do ciclo vital da família*. Trabalho de investigação aplicada, Mestrado em Psicologia, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Lisboa.
- Martin, J. A. & McClure, P. (2000). Today's active duty military family: the evolving challenges of military family life. In J.A. Martin., L. N. Rosen & L. R. Sparacino, (Eds.), *The military family: a practice guide for human service providers* (pp. 3-24). Westport: Praeger Publishers.
- Martins, G. (2008). Estudo de caso: uma reflexão sobre a aplicabilidade em pesquisas no Brasil. *Revista de Contabilidade e Organizações*, 2 (2), 8-18.
- Martins, T. (2013). *Mudanças familiares e rede social dos cônjuges de militares em missão: um estudo exploratório*. Trabalho de investigação aplicada, Mestrado em Psicologia, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Lisboa.
- Meirinhos, M. (2010). O estudo de caso como estratégia de investigação em educação. *EDUSER: Revista de Educação*, 2 (2), 49-65.
- Meneses, P. (2013). A participação dos comandos na international security assistance force. In Moreira, A., Mondim, C., Alves, F., Garcia, F., Sousa, F., Freire, M., Cordeiro, P., Meneses, P., Silva, T. & Neves, J., *Estratégia (vol.XXII)* (pp. 261-283). Lisboa: J.M.G – Artes Gráficas e Publicidade, Lda.

- Miller, J. (2016). Children on the home front: an exploration of the effects deployment has on military children. In *Proceedings of The National Conference On Undergraduate Research (NCUR) 2016* (1027-1033). Asheville, North Carolina: University of North Carolina Asheville.
- Oliveira, A. (2010). *Conceção de uma base de dados terminológica para o ministério de defesa nacional: a relação entre a normalização nacional e a normalização OTAN*. Trabalho de investigação aplicada, Mestrado em Terminologia e Gestão da Informação de Especialidade, Universidade Nova de Lisboa, Lisboa.
- Paley, B., Lester, P. & Mogil, C. (2013). Family systems and ecological perspectives on the impact of deployment on military families. *Clinical Child & Family Psychology Review*, 16, 245-265. doi:10.1007/s10567-013-0138-y.
- Palmeira, J. (2006). *O poder de Portugal nas relações internacionais*. Lisboa: Prefácio - Edição de Livros e Revistas, Lda.
- Pascall, Gillian & Lewis, J. (2004). Emerging gender regimes and policies for gender equality in a wider Europe. *Journal of Social Policy*, 33 (3), 373-394.
- Peterson, G. W. (2005). Family influences on adolescent development. In T. Gullotta & G. Adams (Eds), *Handbook of adolescent behavioral problems* (pp. 27-55). New York: Springer.
- Pincus, S. H., House, R., Christensen, J. & Adler, L.E. (2001). The emotional cycle of deployment: military family perspective. In *Military.com*. Acedido a 10 de março de 2017 em <http://www.military.com/spouse/military-deployment/dealing-with-deployment/emotional-cycle-of-deployment-military-family.html>.
- Pinto, M. (2009). Uma avaliação da missão da NATO no Afeganistão. *Nação e Defesa*, 124(4), 203-216.
- Pires, A. (2008). *Estudo da conjugalidade e da parentalidade através da satisfação conjugal e da aliança parental*. Trabalho de investigação aplicada, Mestrado em Psicologia, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Lisboa.
- Pisano, M. (2010). Military deployment and family reintegration. *National Association of School Psychologists*. Acedido a 15 de março de 2017 em http://woundedvetcenter.ahs.illinois.edu/pdf/Military_Deployment_and_Family_Reintegration.pdf.
- Pocinho, M. (2009). Teoria e exercícios passo-a-passo: amostra e tipos de amostragens. Acedido a 23 de fevereiro de 2017 em http://docentes.ismt.pt/~m_pocinho/calculo_de_amostras_teorias.pdf.

- Quivy, R. & Campenhoudt, L. V. (2005). *Manual de Investigação em Ciências Sociais* (4ª Edição). Lisboa: Gradiva.
- Ramalho, J (2016). O contexto internacional e as forças armadas, ênfase nas tropas comando. *Revista Militar*, 275-284. Acedido a 03 de março de 2017 em <https://www.revistamilitar.pt/artigo/1109>.
- Relvas, A.P. (1996). *O ciclo vital da família, perspetiva sistémica*. Porto: Edições Afrontamento.
- Relvas, A.P. (2004). *O ciclo vital da família, perspetiva sistémica* (3ª Edição). Porto: Edições Afrontamento.
- Riviere, L. & Merrill, J. (2010). The impact of combat deployment on military families. In A. B. Adler, P. D. Bliese & C. A. Castro (Eds.), *Deployment psychology: evidence-based strategies to promote mental health in the military* (pp. 125-149). Washington: APA.
- Saphir, M. N. & Chaffee, S. H. (2002). Adolescents contributions to family communication patterns. *Human Communication Research*, 28 (1), 86–108. doi:10.1111/j.1468-2958.2002.tb00799.x.
- Sarmiento, M. (2013). *Metodologia científica para a elaboração, escrita e apresentação de teses*. Lisboa: Universidade Lusíada Editora.
- Schumm, W., Bell, D., Ender, M. & Rice, R. (2004). Expectations, use, and evaluation of communication media among deployed peacekeepers. *Armed Forces & Society*, 30(4), 649-662.
- Segal, Z. (1988). Appraisal of the self-schema construct in cognitive models of depression. *Psychological Bulletin*, 103 (2), 147-162.
- Sheppard, S., Malatras, J. & Israel, A. (2010). The impact of deployment on U. S. military families. *American Psychologist*, 65, 599-609. doi:10.1037/a0020332.
- Simões, M. (2008). *Início da carreira docente: desafios e dificuldades*. Trabalho de investigação aplicada, Mestrado em Administração e Gestão Educacional, Universidade Aberta, Porto.
- Sousa, J. (2006). As famílias como projetos de vida: o desenvolvimento de competências resilientes na conjugalidade e na parentalidade. *Saber(e)Educar*, 11, 41-47. Acedido a 27 de março de 2017 em <http://repositorio.esepf.pt/bitstream/20.500.11796/696/1/SeE11juliosousa.pdf>.
- Surrador, A. (2002). Stress e operações de apoio à paz: contributos para um projeto de intervenção psicossocial na Força Aérea. *Revista de Psicologia Militar*. 13, 145-173.

- Teixeira, J. (2012). *Os contributos da cooperação civil-militar para a política externa portuguesa: o caso das unidades de engenharia militar do Líbano*. Trabalho de Investigação Aplicada, Mestrado em Relações Internacionais e Cooperação, Faculdade de Letras, Porto.
- The New York Times (2011). *Internet traz alívio e inquietação a militares no Afeganistão*. Acedido a 26 de março de 2017 em <http://ultimosegundo.ig.com.br/mundo/nyt/internet-traz-alivio-e-inquietacao-a-militares-no-afeganistao/n1238019934939.html>.
- Tomforde, M. (2005). Motivation and self-image among German peacekeepers. *International Peacekeeping*. 12(4), 576-585.
- União Europeia [UE] (2017). Os 28 estados-membros da UE. In *Europa.EU*. Acedido a 21 de fevereiro de 2017 em https://europa.eu/european-union/about-eu/countries_pt.
- U.S. Army Community and Family Support Center (2005). Survey of army families v. In ArmyMWR. Acedido a 04 de março de 2017 em <https://www.mwrbrandcentral.com/images/uploads/SAFVSummary.doc>.
- Vangelisti, A. (2004). *Handbook of family communication*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.
- Vilelas, J. (2009). *Investigação: o processo de construção do conhecimento*. Lisboa: Edições Sílabo.
- Villar, E. (2006). O processo de formulação de hipóteses na pesquisa qualitativa. In *Design de Sistemas Interativos e Tecnologia Educacional*. Acedido a 17 de março de 2017 em <http://designinterativo.blogspot.pt/2006/08/o-processo-de-formulao-de-hipoteses-na.html>.
- Vilhena, C. (2005). *Resiliência em contexto militar*. Trabalho de investigação aplicada, Mestrado em Psicologia, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, Porto.
- Van Breda, A. (1996). *Emotional cycles of deployment in the South African naval family*. Acedido a 10 de março de 2017, em http://www.vanbreda.org/adrian/pubs/emotional_cycles_of_deployment.pdf.
- Wall, K. (1998). *Famílias no campo. passado e presente em duas freguesias do baixo Minho*. Lisboa: Publicações Dom Quixote.
- Waller, M., Treloar, S., Sim, M., McFarlane, A., McGuire, A., Bleier, J. & Dobson, A. (2012). Traumatic events, other operational stressors and physical and mental health

- reported by Australian defense force personnel following peacekeeping and war-like deployments. *BioMed Psychiatry*, 12 (88). doi: 10.1186/1471-244X-12-88.
- Walsh, T., Dayton, C., Erwin, M., Muzik, M., Busuito, A. & Rosenblum, K. (2014). Fathering after military deployment: parenting challenges and goals of fathers of young children. *Health & Social Work*, 1-10. doi:10.1093/hsw/hlu005.
- Weissbourd, R. (2010). *Os pais que desejamos ser. como os adultos bem. intencionados podem prejudicar o desenvolvimento moral e emocional da criança*. Lisboa: Presença.
- Wesley, F. & Charbel, J. (2005). Utilizando estudo de caso (s) como estratégia de pesquisa qualitativa: boas práticas e sugestões. *Estudo & Debate*, 18 (2), 07-22.
- Wright, K., Burrell, L., Schroeder, E. & Thomas, J. (2006). Military spouses: coping with the fear and the reality of service member injury and death. In C.A. Castro, A.B. Adler, & T.W. Britt (Eds.), *Military life: the psychology of serving in peace and combat (vol. 3)* (pp. 64–90). Westport : Praeger Security International.
- Yin, R. (2001). *Estudo caso- planejamento e métodos*. Porto Alegre: Bookman.

APÊNDICES

Apêndice A – GUIÃO DE ENTREVISTA (MILITARES)

Entrevista aos militares do Regimento de Comandos que estiveram envolvidos em Missões Internacionais

Entrevistador: Aspirante de Infantaria Vitor Daniel Machado Oliveira

A presente entrevista tem como finalidade recolher informações sobre “A Participação do Militar do Exército Português em Missões Internacionais e a sua Influência na Dinâmica do Sistema Familiar”. Todas as informações recolhidas ao longo da entrevista são anónimas e confidenciais, e serão utilizados apenas para efeitos de um trabalho de investigação aplicada âmbito do Mestrado em Ciências Militares, na especialidade de Infantaria.

Grupo I: Caraterização Militar/ Percurso nas Forças Armadas

Objetivos gerais	Objetivos Específicos
Descrição da amostra: <ul style="list-style-type: none"> • Idade • Escolaridade • Regime de prestação de serviço • Tempo de serviço • Posto • Colocação • Área de residência 	1.1. Que idade tem (data de nascimento)? 1.2. Qual o grau de escolaridade mais elevado que concluiu? 1.3. Atualmente, qual o regime de prestação de serviço em que se encontra? <input type="radio"/> Regime de Voluntariado <input type="radio"/> Regime de Contrato <input type="radio"/> Quadro Permanente 1.4. Qual o tempo de serviço que já cumpriu desde que ingressou nas Forças Armadas, aproximadamente (em anos)? 1.5. Qual o seu posto atualmente? 1.6. Já esteve colocado noutra unidade? Se sim, qual/quais? 1.7. Habitualmente reside na Unidade Militar? 1.8. A que distância fica a sua residência da Unidade onde se encontra colocado? <input type="radio"/> Menos de 10 km <input type="radio"/> Entre 11 km a 50 km <input type="radio"/> Mais de 50 km

Grupo II: Caraterização Sociodemográfica

Objetivos gerais	Objetivos Específicos
	2.1. Qual o seu Estado Civil? <input type="radio"/> Solteiro <input type="radio"/> Divorciado/Separado <input type="radio"/> Casado/Em união de facto <input type="radio"/> Viúvo

<p>Caraterização Sociodemográfica do militar:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Estado Civil • Agregado familiar • Situação profissional • Número de filhos 	<p>2.1.1. Anteriormente ao estado civil atual, já foi casado ou viveu em união de facto?</p> <p>2.2. Tem filhos? Se sim, quantos?</p> <p>2.2.1. Quantas pessoas compõem o seu agregado familiar? Qual o grau de parentesco?</p> <p>2.2.2. Tem filhos que não estejam a viver consigo? Quantos? Que idades têm?</p> <p>2.3. Qual a situação profissional do seu cônjuge?</p> <p><input type="radio"/> Empregada <input type="radio"/> Em situação de <input type="radio"/> Outra situação</p> <p><input type="radio"/> Desempregada doença/incapacidade <input type="radio"/> Qual? _____</p> <p><input type="radio"/> Reformada</p>
--	--

Grupo III: Realização e expectativas profissionais do militar e cônjuge:

Objetivos gerais	Objetivos Específicos
<ul style="list-style-type: none"> • Satisfação relativamente ao trabalho • Níveis de importância atribuídos ao trabalho do militar e do cônjuge 	<p>3.1. De uma forma geral está satisfeito por ter enveredado pela carreira militar?</p> <p>3.2. Sente-se realizado profissionalmente? A que nível? (p.e.: dinheiro, projetos de trabalho, sustentação da família...)</p> <p>3.3. Quais as expectativas/aspirações que tem relativamente à sua atividade profissional atual?</p> <p>3.4. Acha que a sua mulher se sente realizada em termos profissionais? Porquê?</p> <p>3.5. Para as situações que apresentarei seguidamente diga-me se, no seu entender, as mulheres devem: trabalhar a tempo inteiro; trabalhar a tempo parcial; ou não trabalhar.</p> <p><input type="radio"/> Antes de casar</p> <p><input type="radio"/> Depois de casar e antes de terem filhos</p> <p><input type="radio"/> Depois de terem filhos</p> <p>3.6. No seu entender a sua profissão é mais importante do que a da sua mulher? Justifique?</p>

Grupo IV: Impacto da vida profissional na família – participação em missões:

Objetivos gerais	Objetivos Específicos
<ul style="list-style-type: none"> • Descrever as exigências da vida militar e o seu impacto na família • Compreender a relação Trabalho vs Família • Fatores da missão que poderão induzir diferentes níveis 	<p>4.1. Considera que as exigências da vida militar afetam o bem-estar da sua família? Em que aspetos?</p> <p>4.2. Como é que a sua família se ajusta às condições de ser uma "família militar"?</p> <p>4.3. Em que medida sente que a sua vida familiar interfere no seu trabalho? (p.e.: sente-se cansado quando vai trabalhar; atrasa-se com frequência; pede dispensas no trabalho para tratar de assuntos familiares, etc.)</p> <p>4.4. Simultaneamente, de que forma o seu trabalho interfere com a sua vida familiar? (p.e.: tem falta de tempo para estar com a sua mulher e filhos; vem cansado do emprego; tem pouca disponibilidade para a família, etc.)</p> <p>4.5. Já participou em missões internacionais?</p> <p>4.6. Em que o(s) teatro(s) de operações internacionais participou? Qual foi a duração da(s) missão/missões?</p> <p>Local: _____ Duração:</p> <p><input type="radio"/> 3 meses ou menos <input type="radio"/> Entre 6 meses e 1 ano <input type="radio"/> Superior a 1 ano</p> <p><input type="radio"/> 3 meses ou menos <input type="radio"/> Entre 6 meses e 1 ano <input type="radio"/> Superior a 1 ano</p> <p><input type="radio"/> 3 meses ou menos <input type="radio"/> Entre 6 meses e 1 ano <input type="radio"/> Superior a 1 ano</p>

Grupo VI: Deslocamento - Comunicação à distância e relacionamento familiar

Objetivos gerais	Objetivos Específicos																																					
<ul style="list-style-type: none"> • Alterações na relação com o cônjuge • Emoções sentidas • Recursos de apoio para lidar com os desafios (estratégias de coping e rede de apoio social) • Identificar e analisar estratégias que permitam ao militar e à sua família enfrentar a ausência física e emocional durante uma missão internacional (ex. meios de comunicação, ocupação do tempo) • Meios e frequência da comunicação • Principais alterações na relação com o cônjuge • Identificar eventuais benefícios e potencialidades na dinâmica do sistema familiar, derivados da participação do membro militar numa missão internacional. • Caracterizar as principais alterações na relação com o cônjuge (contrariedades e desafios) • Emoções sentidas na “antecipação do regresso” 	<p>6.1. Durante o período da missão, com que regularidade falou com a sua esposa/companheira? (todos os dias ou quase, três vezes por semana, uma vez por semana, menos do que uma vez por semana).</p> <p>6.2. E com os seus filhos, com que regularidade falavam?</p> <p>6.3. Que meios usou para comunicar com a sua família durante o deslocamento?</p> <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 50%;"><input type="radio"/> Email</td> <td style="width: 50%;"><input type="radio"/> Skype</td> </tr> <tr> <td><input type="radio"/> Carta</td> <td><input type="radio"/> Redes sociais (Facebook, Twiter, etc)</td> </tr> <tr> <td><input type="radio"/> Telemóvel pessoal</td> <td><input type="radio"/> Telefone serviço</td> </tr> <tr> <td></td> <td><input type="radio"/> outros</td> </tr> </table> <p>6.4. Considera que a frequência com que lhe foi permitido estabelecer a comunicação com a sua família foi suficiente? Em caso negativo, justifique.</p> <p>6.5. Em algum momento os meios de comunicação falharam? Se sim qual o impacto que esta falha teve para si? Que alternativas lhe foram dadas?</p> <p>6.6. Em termos globais, numa escala de 0 a 5, qual a importância que atribui à comunicação com a família durante o deslocamento?</p> <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 33%; text-align: center;">Nada</td> <td style="width: 33%;"></td> <td style="width: 33%; text-align: right;">Muito</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">Importante</td> <td></td> <td style="text-align: right;">Importante</td> </tr> </table> <p>6.7. Durante o deslocamento considera que esta comunicação lhe permitiu:</p> <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 50%;"><input type="radio"/> Fortalecer a moral</td> <td style="width: 50%;"><input type="radio"/> Facilitar o reencontro</td> </tr> <tr> <td><input type="radio"/> Fortalecer os laços relacionais</td> <td><input type="radio"/> Melhorar o bem-estar</td> </tr> <tr> <td><input type="radio"/> Aumentar a ansiedade</td> <td><input type="radio"/> Aumentar o isolamento</td> </tr> <tr> <td><input type="radio"/> Aumentar a tristeza</td> <td></td> </tr> </table> <p>6.8. Enquanto esteve deslocado, o que mais o preocupou?</p> <p>6.9. Recebeu apoio para enfrentar melhor o afastamento da sua família?</p> <p>6.10. Que tipo de apoio (apoio social e psicológico, meios de comunicação e tecnologias de informação)?</p> <p>6.11. Quais as emoções sentidas durante o período de deslocamento?</p> <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 33%;"><input type="radio"/> Choro</td> <td style="width: 33%;"><input type="radio"/> Desorientação</td> <td style="width: 33%;"><input type="radio"/> Insegurança face à relação</td> </tr> <tr> <td><input type="radio"/> Ansiedade</td> <td><input type="radio"/> Felicidade</td> <td><input type="radio"/> Medo</td> </tr> <tr> <td><input type="radio"/> Saudade</td> <td><input type="radio"/> Ressentimento</td> <td><input type="radio"/> Preocupação</td> </tr> <tr> <td><input type="radio"/> Tranquilidade</td> <td><input type="radio"/> Tristeza</td> <td><input type="radio"/> Fúria</td> </tr> <tr> <td><input type="radio"/> Agressividade</td> <td><input type="radio"/> Solidão</td> <td><input type="radio"/> Outros Quais? _____</td> </tr> </table> <p>6.12. Quais as estratégias e recursos adotados para gerir e superar as dificuldades da separação?</p> <p>6.13. Como pensa que a sua família vivenciou este período?</p> <p>6.14. Que mudanças sentiu ao nível da comunicação entre si e o seu cônjuge?</p> <p>6.15. Que mudanças sentiu ao nível da comunicação entre si e o(a) seu(sua) filho(a)?</p> <p>6.16. No que respeita à aproximação ou ao afastamento em relação ao(s) seu(s) filho(s), que alterações foram sentidas? E relativamente à relação pai-filho, quais as principais mudanças?</p> <p>6.17. A sua ausência implicou mudanças ao nível das funções e responsabilidades familiares?</p> <p>6.18. Durante a fase “antecipação do regresso” (últimas semanas de missão no teatro de operações) quais os seus pensamentos e expectativas?</p>	<input type="radio"/> Email	<input type="radio"/> Skype	<input type="radio"/> Carta	<input type="radio"/> Redes sociais (Facebook, Twiter, etc)	<input type="radio"/> Telemóvel pessoal	<input type="radio"/> Telefone serviço		<input type="radio"/> outros	Nada		Muito	Importante		Importante	<input type="radio"/> Fortalecer a moral	<input type="radio"/> Facilitar o reencontro	<input type="radio"/> Fortalecer os laços relacionais	<input type="radio"/> Melhorar o bem-estar	<input type="radio"/> Aumentar a ansiedade	<input type="radio"/> Aumentar o isolamento	<input type="radio"/> Aumentar a tristeza		<input type="radio"/> Choro	<input type="radio"/> Desorientação	<input type="radio"/> Insegurança face à relação	<input type="radio"/> Ansiedade	<input type="radio"/> Felicidade	<input type="radio"/> Medo	<input type="radio"/> Saudade	<input type="radio"/> Ressentimento	<input type="radio"/> Preocupação	<input type="radio"/> Tranquilidade	<input type="radio"/> Tristeza	<input type="radio"/> Fúria	<input type="radio"/> Agressividade	<input type="radio"/> Solidão	<input type="radio"/> Outros Quais? _____
<input type="radio"/> Email	<input type="radio"/> Skype																																					
<input type="radio"/> Carta	<input type="radio"/> Redes sociais (Facebook, Twiter, etc)																																					
<input type="radio"/> Telemóvel pessoal	<input type="radio"/> Telefone serviço																																					
	<input type="radio"/> outros																																					
Nada		Muito																																				
Importante		Importante																																				
<input type="radio"/> Fortalecer a moral	<input type="radio"/> Facilitar o reencontro																																					
<input type="radio"/> Fortalecer os laços relacionais	<input type="radio"/> Melhorar o bem-estar																																					
<input type="radio"/> Aumentar a ansiedade	<input type="radio"/> Aumentar o isolamento																																					
<input type="radio"/> Aumentar a tristeza																																						
<input type="radio"/> Choro	<input type="radio"/> Desorientação	<input type="radio"/> Insegurança face à relação																																				
<input type="radio"/> Ansiedade	<input type="radio"/> Felicidade	<input type="radio"/> Medo																																				
<input type="radio"/> Saudade	<input type="radio"/> Ressentimento	<input type="radio"/> Preocupação																																				
<input type="radio"/> Tranquilidade	<input type="radio"/> Tristeza	<input type="radio"/> Fúria																																				
<input type="radio"/> Agressividade	<input type="radio"/> Solidão	<input type="radio"/> Outros Quais? _____																																				

Grupo VII: Pós-deslocamento: Reintegração

Objetivos gerais	Objetivos Específicos
<ul style="list-style-type: none"> • Mudanças sentidas na relação com o cônjuge • Principais alterações na relação com o cônjuge • Reintegração do militar e renegociação dos papéis e das rotinas do casal e da família em geral 	<p>7.1. O facto ter participado em missões fez com experienciasse alguns dos seguintes problemas?</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Problemas emocionais (nervosismo/ansiedade) ○ Dificuldades financeiras ○ Problemas conjugais <p>7.2. Sentiu que o facto de ter participado em missão afetou os subtemas conjugal e parental? Em que momentos (aprontamento, missão e regresso) e de que forma?</p> <p>7.3. Após regressar sentiu dificuldades em retomar a rotina familiar que mantinham antes de iniciar a sua missão?</p> <ul style="list-style-type: none"> 7.3.1. Quais as transformações vivenciadas? 7.3.2. Que sentimentos estiveram mais associados à renegociação de responsabilidades e papéis parentais? <p>7.4. Teve algum tipo de apoio para facilitar a sua reintegração após a missão (aconselhamento especializado, aconselhamento de camaradas, aconselhamento religioso, etc.?)</p> <ul style="list-style-type: none"> 7.4.1. Se teve algum apoio, que importância lhe atribui? 7.4.2. Se não teve nenhum apoio, gostaria de ter tido? Que tipo de apoio? <p>7.5. Pensando no seu regresso a casa, diria que foi fácil? Nem fácil nem difícil? Foi difícil?</p> <p>7.6. Em termos globais, numa escala de 0 a 5 (0 – Muito Negativa; 5 – Muito Positiva), como avalia a sua experiência na participação em missões internacionais?</p>

Para terminar, caso possa acrescentar algo que considere relevante e não tenha sido abordado, agradeço que indique.

Agradeço a sua colaboração e disponibilidade.

Atenciosamente,

Vitor Daniel Machado Oliveira

Aspirante de Infantaria

	<p>2.2.1. Quantas pessoas compõem o seu agregado familiar? Qual o grau de parentesco?</p> <p>2.2.2. Tem filhos que não estejam a viver consigo? Quantos? Que idade têm?</p>
--	---

Grupo III: Realização e expectativas profissionais do militar e cônjuge:

Objetivos gerais	Objetivos Específicos
<ul style="list-style-type: none"> • Satisfação relativamente ao trabalho • Níveis de importância atribuídos ao trabalho do militar e do cônjuge 	<p>3.1. Sente-se realizada profissionalmente? A que nível? (p.e.: dinheiro, projetos de trabalho, sustentação da família...)</p> <p>3.2. Quais as expectativas/aspirações que tem relativamente à sua atividade profissional atual?</p> <p>3.3. De uma forma geral está satisfeita por o seu cônjuge ter enveredado pela carreira militar?</p> <p>3.4. Acha que ele se sente realizado em termos profissionais? Porquê?</p> <p>3.5. Para as situações que apresentarei posteriormente diga-me se, no seu entender, as mulheres devem: trabalhar a tempo inteiro; trabalhar a tempo parcial; ou não trabalhar.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Antes de casar ○ Depois de casar e antes de terem filhos ○ Depois de terem filhos <p>3.6. No seu entender a profissão do seu cônjuge é mais importante do que a sua? Justifique?</p>

Grupo IV: Impacto da vida profissional na família – participação em missões

Objetivos gerais	Objetivos Específicos
<ul style="list-style-type: none"> • Descrever as exigências da vida militar e o seu impacto na família • Compreender a relação Trabalho vs Família 	<p>4.1. Considera que as exigências da vida militar afetam o bem-estar da sua família?</p> <p>4.2. Como é que a sua família se ajusta às condições de ser uma "família militar"?</p> <p>4.3. Em que medida sente que a sua vida familiar interfere no seu trabalho? (p.e.: sente-se cansada quando vai trabalhar; atrasa-se com frequência; pede dispensas no trabalho para tratar de assuntos familiares, etc.)</p> <p>4.4. Simultaneamente, de que forma o seu trabalho interfere com a sua vida familiar? (p.e.: tem falta de tempo para estar com o seu cônjuge e filhos; vem cansada do emprego; tem pouca disponibilidade para a família, etc.)</p> <p>4.5. O seu cônjuge já esteve envolvido em missões internacionais?</p>

Grupo V: Pré-Deslocamento – Preparação da família:

Objetivos gerais	Objetivos Específicos
<ul style="list-style-type: none"> • Reação emocional e comportamental face à notificação • Mudanças sentidas na relação com o cônjuge 	<p>5.1. Como lidou com o facto de saber que o seu cônjuge iria em missão?</p> <p>5.2. Quando recebeu a proposta ponderaram a decisões juntos?</p> <p>5.2.1. O que o teria feito recusar?</p> <p>5.3. Quais expectativas relativamente ao que mudaria com a missão?</p> <p>5.4. Que mudanças foram realizadas no geral (exemplo, ao nível das rotinas), para preparar a ausência do cônjuge?</p>

com a notícia da participação na missão internacional	<p>5.5. Sentiu alguma mudança no comportamento do seu(sua) filho(a)? (expressou medo, tristeza, agressividade, falta de concentração, mostrou orgulho, revelou problemas comportamentais na escola, alterou os resultados escolares).</p> <p>5.6. Como geriu as dúvidas e receios do(a) seu(sua) filho(a)?</p>
---	--

Grupo VI: Deslocamento - Comunicação e parentalidade:

Objetivos gerais	Objetivos Específicos																															
<ul style="list-style-type: none"> • Alterações na relação com o cônjuge • Emoções sentidas • Recursos de apoio para lidar com os desafios (estratégias de coping e rede de apoio social) • Identificar e analisar estratégias que permitam ao militar e à sua família enfrentar a ausência física e emocional durante uma missão internacional (ex. meios de comunicação, ocupação do tempo) • Meios e frequência da comunicação • Principais alterações na relação com o cônjuge • Identificar eventuais benefícios e potencialidades na dinâmica do sistema familiar, derivados da participação do membro militar numa missão internacional. • Caracterizar as principais alterações na relação com o cônjuge (contrariedades e desafios) 	<p>6.1. Durante o período da missão como lidou com a ausência do seu cônjuge? E os seus filhos?</p> <p>6.2. Quais as emoções sentidas durante o período de deslocamento?</p> <table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td><input type="checkbox"/> Choro</td> <td><input type="checkbox"/> Desorientação</td> <td><input type="checkbox"/> Insegurança face à relação</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> Ansiedade</td> <td><input type="checkbox"/> Felicidade</td> <td><input type="checkbox"/> Medo</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> Saudade</td> <td><input type="checkbox"/> Ressentimento</td> <td><input type="checkbox"/> Preocupação</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> Tranquilidade</td> <td><input type="checkbox"/> Tristeza</td> <td><input type="checkbox"/> Fúria</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> Agressividade</td> <td><input type="checkbox"/> Solidão</td> <td><input type="checkbox"/> Outros Quais? _____</td> </tr> </table> <p>6.3. Recebeu apoio para enfrentar melhor o afastamento do seu cônjuge?</p> <p>6.3.1. Que tipo de apoio (apoio social e psicológico, meios de comunicação e tecnologias de informação)?</p> <p>6.4. Que meios usou para comunicar com o seu cônjuge durante o deslocamento?</p> <table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td><input type="checkbox"/> Email</td> <td><input type="checkbox"/> Skype</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> Carta</td> <td><input type="checkbox"/> Redes sociais (Facebook, Twitter, etc)</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> Telemóvel</td> <td><input type="checkbox"/> Telefone</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> outros</td> <td></td> </tr> </table> <p>6.5. Considera que a frequência com que o seu cônjuge conseguiu comunicar com o seu cônjuge foi suficiente? Em caso negativo, justifique.</p> <p>6.6. Em algum momento os meios de comunicação falharam? Se sim qual o impacto que esta falha teve para si? Que alternativas lhe foram dadas?</p> <p>6.7. Em termos globais, numa escala de 0 a 5 (0 – Nada Importante; 5 – Muito Importante), qual a importância que atribui à comunicação com o seu cônjuge durante o deslocamento?</p> <p>6.8. Durante o deslocamento considera que a comunicação com a família lhe permitiu:</p> <table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td><input type="checkbox"/> Fortalecer a moral</td> <td><input type="checkbox"/> Facilitar o reencontro</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> Fortalecer os laços relacionais</td> <td><input type="checkbox"/> Melhorar o bem-estar</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> Aumentar a ansiedade</td> <td><input type="checkbox"/> Aumentar o isolamento</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> Aumentar a tristeza</td> <td></td> </tr> </table> <p>6.9. Que mudanças sentiu ao nível da comunicação entre si e o seu cônjuge?</p> <p>6.10. Que mudanças sentiu ao nível da comunicação entre si e o(a) seu(sua) filho(a)?</p> <p>6.11. No que respeita à aproximação ou ao afastamento em relação ao seu filho, que alterações foram sentidas? E relativamente à relação pai-filho, quais as principais mudanças?</p> <p>6.12. Que recursos/estratégias foram mais importantes e mais utilizados durante este período?</p> <p>6.13. Que mudanças sentiram necessidade de fazer ao nível das funções e responsabilidades familiares?</p>	<input type="checkbox"/> Choro	<input type="checkbox"/> Desorientação	<input type="checkbox"/> Insegurança face à relação	<input type="checkbox"/> Ansiedade	<input type="checkbox"/> Felicidade	<input type="checkbox"/> Medo	<input type="checkbox"/> Saudade	<input type="checkbox"/> Ressentimento	<input type="checkbox"/> Preocupação	<input type="checkbox"/> Tranquilidade	<input type="checkbox"/> Tristeza	<input type="checkbox"/> Fúria	<input type="checkbox"/> Agressividade	<input type="checkbox"/> Solidão	<input type="checkbox"/> Outros Quais? _____	<input type="checkbox"/> Email	<input type="checkbox"/> Skype	<input type="checkbox"/> Carta	<input type="checkbox"/> Redes sociais (Facebook, Twitter, etc)	<input type="checkbox"/> Telemóvel	<input type="checkbox"/> Telefone	<input type="checkbox"/> outros		<input type="checkbox"/> Fortalecer a moral	<input type="checkbox"/> Facilitar o reencontro	<input type="checkbox"/> Fortalecer os laços relacionais	<input type="checkbox"/> Melhorar o bem-estar	<input type="checkbox"/> Aumentar a ansiedade	<input type="checkbox"/> Aumentar o isolamento	<input type="checkbox"/> Aumentar a tristeza	
<input type="checkbox"/> Choro	<input type="checkbox"/> Desorientação	<input type="checkbox"/> Insegurança face à relação																														
<input type="checkbox"/> Ansiedade	<input type="checkbox"/> Felicidade	<input type="checkbox"/> Medo																														
<input type="checkbox"/> Saudade	<input type="checkbox"/> Ressentimento	<input type="checkbox"/> Preocupação																														
<input type="checkbox"/> Tranquilidade	<input type="checkbox"/> Tristeza	<input type="checkbox"/> Fúria																														
<input type="checkbox"/> Agressividade	<input type="checkbox"/> Solidão	<input type="checkbox"/> Outros Quais? _____																														
<input type="checkbox"/> Email	<input type="checkbox"/> Skype																															
<input type="checkbox"/> Carta	<input type="checkbox"/> Redes sociais (Facebook, Twitter, etc)																															
<input type="checkbox"/> Telemóvel	<input type="checkbox"/> Telefone																															
<input type="checkbox"/> outros																																
<input type="checkbox"/> Fortalecer a moral	<input type="checkbox"/> Facilitar o reencontro																															
<input type="checkbox"/> Fortalecer os laços relacionais	<input type="checkbox"/> Melhorar o bem-estar																															
<input type="checkbox"/> Aumentar a ansiedade	<input type="checkbox"/> Aumentar o isolamento																															
<input type="checkbox"/> Aumentar a tristeza																																

<ul style="list-style-type: none"> • Emoções sentidas na “antecipação do regresso” 	<p>6.14. O que mais a ajudou a lidar com as mudanças durante o ciclo da missão (p.e.: atividades em família e ocupação de tempos livres)?</p> <p>6.15. Durante a fase “antecipação do regresso” (últimas semanas de missão no teatro de operações) quais os seus pensamentos e expectativas?</p>
---	--

Grupo VII: Pós-deslocamento: Reintegração

Objetivos gerais	Objetivos Específicos
<ul style="list-style-type: none"> • Mudanças sentidas na relação com o cônjuge • Principais alterações na relação com o cônjuge • Reintegração do militar e renegociação dos papéis e das rotinas do casal e da família em geral 	<p>7.1. O facto de o seu cônjuge ter participado em missões fez com experienciasse alguns dos seguintes problemas?</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Problemas emocionais (nervosismo/ansiedade) ○ Dificuldades financeiras ○ Problemas conjugais <p>7.2. Sentiu que o facto de ele ter participado em missão afetou os subsistemas conjugal e parental? Em que momentos (aprontamento, missão e regresso) e de que forma?</p> <p>7.3. Após o regresso do seu cônjuge sentiu dificuldades em retomar a rotina familiar que mantinham antes do iniciar da sua missão?</p> <p>7.3.1. Quais as transformações vivenciadas?</p> <p>7.3.2. Que sentimentos estiveram mais associados à renegociação de responsabilidades e papéis parentais?</p>

Para terminar, caso possa acrescentar algo que considere relevante e não tenha sido abordado, agradeço que indique.

Agradeço a sua colaboração e disponibilidade.

Atenciosamente,

Vitor Daniel Machado Oliveira

Aspirante de Infantaria

Apêndice C – RESPOSTA À ENTREVISTA (MILITARES)

Grupo I: Caracterização Militar/ Percurso nas Forças Armadas

ID	1.1. Que idade tem (data de nascimento)?	1.2. Qual o grau de escolaridade mais elevado que concluiu?	1.3. Atualmente, qual o regime de prestação de serviço em que se encontra?	1.4. Qual o tempo de serviço que já cumpriu desde que ingressou nas Forças Armadas, aproximadamente (em anos)?	1.5. Qual o seu posto atualmente ?	1.6. Já esteve colocado noutra unidade? Se sim, qual/quais ?	1.7. Habitualmente reside na Unidade Militar?	1.8. A que distância fica a sua residência da Unidade onde se encontra colocado?
Militar 1	35	Licenciatura	Quadro Permanente	12	Capitão	RCMDS; GabCEME	Não	Menos de 10 km
Militar 2	37	Mestrado em Ciências Militares	Quadro Permanente	18	Capitão	GAC; RII; RCMDS	Não	Entre 11 km a 50 km
Militar 3	27	12º Ano	Quadro Permanente	8	Primeiro-Sargento.	RCMDS	Não	Entre 11 km a 50 km
Militar 4	33	Mestrado em Ciências Militares	Quadro Permanente	15	Capitão.	CTOE; CTC	Não	Entre 11 km a 50 km
Militar 5	45	12º Ano	Quadro Permanente	25	Sargento-Ajudante.	CFMTFA; BA1; Bat. Adidos; DAR; RCMDS	Não	Mais de 50 km
Militar 6	40	12º Ano	Quadro Permanente	22	Sargento-Ajudante	Bat. Fuzileiros; BIMECLAG; RCMDS	Não	Entre 11 km a 50 km
Militar 7	49	Licenciatura	Quadro Permanente	29	Tenente-Coronel.	RL2; AM; EPI; RII; CMED	Não	Entre 11 km a 50 km
Militar 8	52	Licenciatura	Quadro Permanente	32	Tenente-Coronel.	RII; RI15; RCMDS; EPI; CTOE; EME	Não	Mais de 50 km
Militar 9	43	12º Ano	Quadro Permanente	22	Sargento-Ajudante.	BIMECLAG; ESSE; EPI; RCMDS	Não	Entre 11 km a 50 km

Grupo II: Caracterização Sociodemográfica

ID	2.1. Qual o seu Estado Civil?	2.1.1. Anteriormente ao estado civil atual, já foi casado ou viveu em união de facto?	2.2. Tem filhos? Se sim, quantos?	2.2.1. Quantas pessoas compõem o seu agregado familiar? Qual o grau de parentesco?	2.2.2. Tem filhos que não estejam a viver consigo? Quantos? Que idades têm?	2.3. Qual a situação profissional do seu cônjuge?
Militar 1	Casado/União de facto	Não.	1 Filho – 3 anos.	3 Elementos (Cônjuge - 30 anos; 1 Filho - 3 anos)	Não.	Empregada.
Militar 2	Casado/União de facto	Não.	1 Filha - 2 anos.	3 Elementos (Cônjuge - 33 anos; 1 Filha - 2 anos)	Não.	Desempregada.
Militar 3	Casado/União de facto	Não.	Filho 8 anos; Filho 2 anos.	4 Elementos (Cônjuge - 25 anos; Filho - 8 anos; Filho - 2 anos)	Não.	Empregada.
Militar 4	Casado/União de facto	Não	Filha - 2 anos	3 Elementos (Cônjuge - 33 anos; Filha - 2 anos)	Não	Desempregada
Militar 5	Casado/União de facto	Não	Filha – 14 anos; Filha - 6 anos	4 Elementos (Cônjuge - 40 anos; 2 Filha – 14 anos; Filha - 6 anos)	Não	Desempregada
Militar 6	Casado/União de facto	Não	Filho - 9 anos; Filha - 1 ano	4 Elementos (Cônjuge - 40 anos; Filho - 9 anos; Filha 1 – ano)	Não	Empregada
Militar 7	Casado/União de facto	Não	Filho - 19 anos; Filha 14 – anos	4 Elementos (Cônjuge - 40 anos; Filho - 19 anos; Filha 14 – anos)	Não	Empregada
Militar 8	Casado/União de facto	Não	Filho - 24 anos; Filha - 18 anos	4 Elementos (Cônjuge – 49 anos; Filho - 24 anos; Filha - 18 anos)	Não	Empregada
Militar 9	Casado/União de facto	Não	Filha - 13 anos; Filha - 6 anos	4 Elementos (Cônjuge - 42 anos; Filhas 13 - anos; Filha - 6 anos)	Não	Empregada

Grupo III: Realização e expectativas profissionais do militar e cônjuge:

ID	3.1. De uma forma geral está satisfeito por ter enveredado pela carreira militar?	3.2. Sente-se realizado profissionalmente? A que nível? (p.e.: dinheiro, projetos de trabalho, sustentação da família...)	3.3. Quais as expectativas/aspirações que tem relativamente à sua atividade profissional atual?
Militar 1	Sim.	Sim.	Espero progredir normalmente na minha carreira enquanto oficial de infantaria.
Militar 2	De uma forma geral sim.	Realização profissional é relativa. Do que eu já fiz sim, mas eu ainda tenho previsto realizar-me mais profissionalmente. No entanto neste momento sinto-me realizado.	Neste momento espero que as funções que desempenho seja algo passageiro, porque quero estar novamente na parte operacional.
Militar 3	Sim.	Sim, muito.	Espero conseguir fazer mais missões, e continuar a progressão na carreira apesar de ir lenta.
Militar 4	Sim posso dizer que sim.	Não, não sinto. Não vejo melhorias e vejo cada vez mais falta de pessoal, principalmente na categoria de praças e não vejo nos meus chefes a preocupação de colmatar esta dificuldade. Cada ano que passa existe menos incorporações existe um problema estratégico, porque temos de olhar para os militares e ver o que está mal, porque se temos mil vagas, porque é que só vem trezentos, porque não vem mais, se existe tanto desemprego lá fora? É porque não é atrativo, porque as praças, pouco recebem mais que o ordenado mínimo. E depois são tão poucos que fazem muitos serviços, exercícios que depois vão todos embora.	As minhas expectativas estão perfeitamente identificadas, não tenho qualquer intuito, ambição de extinguir qualquer tipo de patamar. Estou bem comigo, sou capitão, estou bem a nível da minha condição militar.
Militar 5	De uma forma geral sim, posso dizer que sim.	Não totalmente realizado porque todos nós temos expectativas e ao longo do nosso trajeto algumas vão-se realizando e outras não, quer por causa do serviço, das circunstâncias. Mas sinto-me realizado em parte.	Tenho várias, pouco eu tenho sempre expectativas sempre a nível da minha formação, continuar a progredir em termos de formação para enriquecer os conhecimentos que tenho. Também tenho sempre em vista alguns cursos, formações que a instituição tem. E a nível de progressão da carreira no âmbito do posto, como é normal todos nós temos.
Militar 6	Sim, sinto-me realizado.	Sinto-me bastante, mais ao nível pessoal porque sempre foi aquilo que desde infância que quis. E também permite-me um maior equilíbrio e sustentação familiar.	Pronto, na categoria d Sargentos quando entramos aqui na parte de funções de Sargento-ajudante, muda um pouco a parte da instrução, a parte operacional, não desaparece por completo mas pronto as nossas funções passar a ser mais administrativo e pessoalmente como fui um militar mais ligado a parte operacional e instrução neste momento estou num período de transição e adaptação.
Militar 7	Sim, sinto-me realizado.	Sim, posso dizer que sim, mas claro existe sempre um grau de insatisfação. E claro permite sustentação da família, porque neste momento sou o principal.	Neste momento, tendo em conta a situação da minha idade e do posto que tenho, já sei que não vou sair do posto de Tenente-Coronel. Mas o que pode haver é a nível pessoal, no desempenho desta e daquela função.
Militar 8	Sim, sinto-me realizado.	Sinto, sinto. Sinto-me realizado basicamente pelas coisas que já fiz, tive sempre a felicidade de estar em cargos que me deram prazer.	Devo confessar que nesta altura não tenho muitas, porquê acho que o exército não está num bom caminho, pelo contrário acho que há uma crise de referências daquilo que é importante, ou seja, da atividade operacional e acima de tudo existe uma forte crise de valores neste momento, em que se diz uma coisa e se faz outra, ou pelo menos não se pratica aquilo que se diz.
Militar 9	Sim.	De momento com as funções que estou a exercer na secção de logística, não me sinto muito realizado, mas sei que é temporário, temos de rodar pelas funções.	Para já continuar nesta unidade, entretanto irei na próxima missão para RCA, depois quando voltar da missão, quero ir para uma companhia operacional como adjunto do comandante de companhia.

ID	3.4. Acha que a sua mulher se sente realizada em termos profissionais? Porquê?	3.5. Para as situações que apresentarei seguidamente diga-me se, no seu entender, as mulheres devem: trabalhar a tempo inteiro; trabalhar a tempo parcial; ou não trabalhar.	3.6. No seu entender a sua profissão é mais importante do que a da sua mulher? Justifique?
Militar 1	Sim. Está a exercer Educação de Infância.	Antes de casar.	Claro que não. Nada é mais importante que a família.
Militar 2	A minha esposa está de uma certa forma nesse caminho e, por isso, é que está a tirar uma nova formação.	As mulheres devem trabalhar sempre, acho que é saudável para o casal ambos exercerem uma atividade profissional. Acho que é um equilíbrio da balança, quer financeiro, moral e profissional.	Não, nem poderá vir a ser. Acho que existe um equilíbrio, são coisas distintas.
Militar 3	Mais ou menos, porque ainda não está a exercer o cargo que gostaria.	Eu acho que elas depois de terem uma boa base de formação para o seu objetivo profissional, devem trabalhar independentemente se já casaram, ou se já tiveram ou não filhos.	Não é mais importante, é a profissão que eu tenho e ela tem a dela.
Militar 4	Não, no caso dela não, porque senão não tinha mudado de emprego.	Acho que as mulheres devem trabalhar, antes, durante e depois do casamento e com ou sem filhos. Penso que faz parte, e a carreira profissional delas não deve parar, porque elas têm as licenças legalmente atribuídas.	Acho que não existem profissões mais importantes, cada uma tem as suas vantagens e inconvenientes. Todas são importantes, desde o homem do lixo até ao ministro.
Militar 5	No caso dela, infelizmente não. Porque ela está em vias de mudar o rumo da carreira dela.	Antes que todos nós devemos de entrar para o mundo do trabalho antes de nos casarmos, porque é um processo que ajuda o nosso crescimento.	Dentro da nossa família, a minha tem mais peso, muito devido ao equilíbrio de sustentação que a minha fornece. Contudo penso que não existem profissões mais importantes.
Militar 6	Sim, porque está a trabalhar na área em que se graduou, e neste momento trabalha por conta própria.	Eu acho que as mulheres se devem empenhar a fundo na sua atividade profissional, mas quando aparecem os filhos é complicado, porque torna-se mais difícil a mulher conciliar a vida profissional a partir do momento em que tem filhos.	Acho que não, cada um tem a sua importância.
Militar 7	Sim.	Eu acho que o desejável para cada família era ter um dos cônjuges sempre em casa, ou com disponibilidade para acompanhar o crescimento dos filhos. Eu lembro-me que quando fui para o Afeganistão, a minha mulher passado pouco tempo foi despedida, eu disse lhe para não se preocupar, uma vez que estava no Afeganistão, tinha uma boa remuneração e também como os miúdos estavam numa fase de crescimento, porque estavam na primária e assim conseguia apoiar mais os miúdos. E acho que uma pessoa com filhos e casa para gerir, de uma certa forma nunca está “desempregada” e com os filhos, tem de os ir.	Acho que não, são as duas importantes.
Militar 8	Sim.	Eu acho que as mulheres desempenham um papel importante ao estarem em casa junto da família, mas compreendo perfeitamente que devem estar em pé de igualdade com os homens relativamente ao desempenhar a atividade profissional.	Não, não é. Acho que é em pé de igualdade.
Militar 9	Acho que se sente realizada.	Tal como os homens, após terem a formação académica, como um curso superior.	São diferentes, todas são importantes, cada uma ao seu nível.

Grupo IV: Impacto da vida profissional na família – participação em missões:

ID	4.1. Considera que as exigências da vida militar afetam o bem-estar da sua família? Em que aspetos?	4.2. Como é que a sua família se ajusta às condições de ser uma "família militar"?	4.3. Em que medida sente que a sua vida familiar interfere no seu trabalho? (p.e.: sente-se cansado quando vai trabalhar; atrasa-se com frequência; pede dispensas no trabalho para tratar de assuntos familiares, etc.)
Militar 1	Condição militar. Efetivos reduzidos no Exército obrigam muitas vezes à acumulação de funções. Situação que pelo facto de ser vista como normal começa a ser preocupante.	Basta compararmos o conceito de família militar com o conceito do Exército Espanhol. As mulheres simplesmente acompanham os maridos e a sua carreira militar.	O facto de ter de cumprir de forma rígida com as minhas obrigações obriga a um esforço extra da minha esposa. Felizmente tenho uma boa base familiar que ajuda bastante (Avós).
Militar 2	Às vezes sim. Um primeiro aspeto é se o militar leva os assuntos militares para casa porque pode afetar. Mas contudo também pode afetar se não levar esses assuntos, porque se não existir motivos de conversa entre o casal e se a mulher não compreender o que se passa cá dentro ao nível da estrutura, ao nível dos meus chefes, ou seja devemos a sintonizar de uma forma sobre a nossa profissão militar para perceber os nossos problemas. Por vezes tenho necessidade de levar estes assuntos para casa, para desabafar de um certo modo.	Ajusta-se bem porque nunca senti que a família sofre-se por causa disso.	Neste momento interfere no momento em que temos um filho menor, que não consegue fazer nada sem ter alguém presente, tornando-se complicado ainda mais quando um elemento do casal não se encontra presente ou não temos as nossas famílias por perto. Como por exemplo, eu estou aqui no trabalho e a minha mulher se encontra indisponível para ir buscar a bebe à creche, eu tenho de sair do trabalho para a ir buscar.
Militar 3	Afeta, é a pouca presença, pouca disponibilidade, falta de tempo.	É aproveitar ao máximo o tempo que tenho disponível para estarem comigo, mas claro nunca chega.	Não influência muito.
Militar 4	Naturalmente afetam, quando vou para um exercício de 10 dias, missões, serviço oficial dia, são empenhamento em que estou fora de casa por períodos longos.	Ajusta porque a minha esposa felizmente tinha uma grande flexibilidade de horários e agora ainda maior devido ao desemprego e ainda tem um apoio familiar, embora seja residual.	Influencia positivamente do ponto de vista moral, bem-estar, psicológico.
Militar 5	Afeta, e tem afetado ao longo dos anos, existiram períodos curtos que afetou menos, digo isto porque estou casado desde 2000, à sensivelmente 17 anos, e durante esses anos, reconheço que tem afetado, porque a minha presença no seio familiar tem sido curta.	É complicado, mas é um trabalho que temos de fazer. Mas felizmente eu tenho uma coisa que talvez me ajude um pouco, porque quando eu comecei a minha relação com a minha esposa eu já era militar, ou seja, ela já se estava a adaptar há minha vida profissional, mas contudo é sempre complicado.	Houve circunstâncias em que quando as meninas eram bebês, aí exigia mais de mim podendo gerar um certo cansaço da minha parte, contudo regra geral penso que não interfere. A nível de atrasados também não tenho apesar de estar a mais de 60 km de casa, porque já jogo com esse fator prevendo as horas de saída de casa.
Militar 6	Sim, principalmente a ausência, a falta de tempo. Eu notei porque fiz varias missões, eu tenho cinco missões internacionais, das quais quatro no Afeganistão. Duas delas sem filhos e as outras com filhos e muda radicalmente a perspetiva.	Eu quando comecei a namorar com a minha mulher já era militar e, por isso, sempre esteve habituada a esta dinâmica. ``e hoje não posso porque vou a um exercício``. Mas eu acho que tem de existir uma compreensão mutua e acho que a esposa do militar tem de ter esta capacidade de adaptação e flexibilidade porque senão é complicado porque temos muitos camaradas com problemas familiares e divórcios na parte dos militares, devido a pouca adaptação da cónjuge. Eu acho que quando se decide casar e constituir família os dois elementos tem de estar muito cientes e sendo um militar o outro tem de ter a capacidade de se adaptar, mas claro isso é mutuo.	Sim existe principalmente quando temos crianças bebês. E quando os dois cónjuges trabalham, que e o meu caso, isto envolve que um deles tem de perder mais tempo. E no trabalho tem de existir uma flexibilidade para pedir mais tempo para tratar de assuntos familiares, que no meu caso a chefia da me esta liberdade.

Militar 7	Poderiam afetar se a família funciona-se de forma diferente, mas neste momento a família funciona em função dessas mesmas exigências, tal como outra família funciona consoante as exigências que tem. Eu reconheço que olhando para outros camaradas que a questão de ir para missões poderá ter tido uma afetação negativa a unidade da família, mas isso é relativo. Mas no meu caso, acho que na minha família, ainda ajudou de certa forma a unir mais.	Bem.	Não, quando preciso de tirar dispensas tiro, mas nada de mais.
Militar 8	Eu considero que sim, claro que nem toda a gente tem a mesma vida militar, nem toda a gente tem o mesmo perfil de ausências e de empenhamento, mas particularmente ao nível do tempo que esta vida nos consome, na ausência de casa que por vezes também trabalho em casa. Mas penso que é muito absorvente a nível de tempo.	Eu acho que que a minha esposa tem toda a paciência do mundo para a vida que eu fui mais ou menos levando no meu caso em particular tenho de considerar que se ajustou bem porque com mais ou menos atrito foi compreendendo e lá se foi resolvendo a nossa vida. Neste momento estou a fazer quase 25 anos de casado e acho que se ajustou bem, quer a mulher quer os filhos.	Acho que tem sido mais ao contrário de certa maneira, mas acho que não interfere.
Militar 9	Sim, mais no tempo que não há disponível para a família.	Com o tempo já se ajustaram, adaptaram, contudo existe sempre ausências de períodos mais longos. Mas quem está á volta, amigos e familiares tem um papel importante no acompanhamento visto que um dos elementos não está.	Pontualmente.

ID	4.4. Simultaneamente, de que forma o seu trabalho interfere com a sua vida familiar? (p.e.: tem falta de tempo para estar com a sua mulher e filhos; vem cansado do emprego; tem pouca disponibilidade para a família, etc.)	4.5. Já participou em missões internacionais?	4.6. Em que teatro(s) de operações internacionais participou? Qual foi a duração da(s) missão/missões?
Militar 1	Tenho falta de tempo para estar com a minha mulher e os meus filhos. Mas julgo que depende da forma como encaramos o nosso trabalho.	Sim.	- Afeganistão (ISAF), 6 meses, 2008.
Militar 2	A dedicação que temos e depois costumamos dizer que somos militares 24h por dia e 7 dias por semana, e esta disponibilidade para sermos militares interfere porque não temos horários certos, depois os serviços, cerimónias e as tarefas que inopinadamente acontecem.	Sim.	- Kosovo (KFOR), 1 ano, 2011/2012. - Afeganistão (ISAF), 6 meses, 2014.
Militar 3	Bastante, em termos de imprevistos, horários, serviços e missões.	Sim.	- Afeganistão (ISAF), 6 meses, 2010. - Iraque, 6 meses, 2015.
Militar 4	Intervém do ponto de vista da falta de tempo, porque se eu sair mais tarde do trabalho já vou buscar a minha filha á cresce mais tarde, e depois pago mais. E existe grande imprevisibilidade.	Sim.	- Afeganistão (ISAF), 6 meses, 2012. - Iraque, 6 meses, 2015.
Militar 5	Acima de tudo, acho que o grande fator que temos é de não estarmos presentes. Porque passamos a maior parte do tempo a dedicar á nossa profissão, eu diria que a fatia maior de tempo é de 65% de tempo no trabalho e 35% com a família.	Sim.	- Afeganistão (ISAF), 6 meses, 2006. - Afeganistão (ISAF), 6 meses, 2007. - Afeganistão (ISAF), 6 meses, 2010. - Afeganistão (ISAF), 6 meses, 2011/2012. - Afeganistão (ISAF), 6 meses, 2014.
Militar 6	Influencia principalmente quando as coisas não correm bem. Dizer que se vai para casa e tira se a farda na porta de armas, isso é errado porque todos nos levamos os problemas para casa, devido ao espírito militar unidade, porque quando gostamos daquilo que fazemos e sentimos e difícil não esquecer. Também por vezes sentimos o cansaço físico, porque quando temos 20 ou 30 anos as coisas podem não afetar tanto, mas quando se tem mais idade o cansaço começa a ser físico e mental. Também sinto falta de tempo, e durante a semana tem de andar tudo cronometrado.	Sim.	- Kosovo (KFOR), 6 meses, 2001. - Afeganistão (ISAF), 6 meses, 2005. - Afeganistão (ISAF), 6 meses, 2007. - Afeganistão (ISAF), 6 meses, 2008. - Afeganistão (ISAF), 6 meses, 2010.
Militar 7	Neste momento existe um bom equilíbrio, mas é verdade que as vezes á situações pontuais, em que tenho de dar cursos de liderança ficando até altas horas com eles, mas é como eu digo depende da perspectiva de como olhamos para situações destas, porque a família podia reagir mal com a minha ausência, mas não acontece, ficam com saudades, mas de uma forma positiva. Eu sinto-me á vontade para sair de casa, tenho o caso de moçambique em que só vinha de 4 em 4 meses durante um ano e correu bem, serviu até para aproximar os laços, muito fruto da comunicação também.	Sim.	- Afeganistão (ISAF), 1 meses, 2006. - Afeganistão (ISAF), 6 meses, 2006. - Moçambique, 1 ano, 2014.

Militar 8	Interfere na perspetiva que eu há pouco estava a referir, no desequilíbrio digamos em termos de tempo que se passa no trabalho e em casa, isto acontece a toda a gente mas estamos a falar de um tempo de trabalho fora de horas, porque supostamente o serviço já deveria de estar concluído e não está e não se presta tanta atenção como gostaria em certas alturas, embora todas saibamos que é o mais importante, mas depois operacionalizar tudo isto de certa maneira não é o mais fácil. Julgo que existe um desequilíbrio na atenção e no tempo que passamos com a família.	Sim.	- Moçambique, 1 ano. - Afeganistão (ISAF), 6 meses, 2006. - Afeganistão (ISAF), 6 meses, 2008. - Angola - 1 ano. - Angola - 1 ano.
Militar 9	Mais frequentemente, que a vida familiar no trabalho.	Sim.	- Timor, 11 meses, 2001. - Afeganistão (ISAF), 6 meses, 2006. - Afeganistão (ISAF), 6 meses, 2008. - Afeganistão (ISAF), 6 meses, 2010. - Afeganistão (ISAF), 6 meses, 2013.

ID	4.7. Quais as tarefas/funções que desempenhou durante a missão? (Se participou em mais do que uma questão, nas questões que lhe vou colocar por favor considere a sua última missão)	4.8. Quais os desafios que as missões internacionais representam si?	4.9. Da lista de razões que levam os militares a participar em missões, indique as três que para si têm maior importância:
Militar 1	Área de Comando.	Como comandante de grupo de combate, tive a oportunidade de exercer o comando em operações num ambiente de risco considerável. Senti que toda a minha formação me levou aquele momento. Senti o peso da responsabilidade e também me senti realizado por ter tudo corrido bem e atingidos os meus objetivos profissionais e pessoais.	Remuneração/Compensação financeira, Aquisição/melhoria de conhecimentos e competências técnicas, Desenvolvimento pessoal e profissional.
Militar 2	Área de Comando, Área Operacional (combate, vigilância, patrulhas).	As relações internacionais entre as pessoas são um desafio, é bastante interessante poder partilhar diferentes culturas e experiências. Por outro lado, é uma oportunidade para uma pessoa poder sentir-se realizada com os recursos humanos e materiais praticamente todos disponíveis a 100%. 3º Desafio: o estar em contacto com tropas internacionais e operar em combinado.	Remuneração/Compensação financeira, Possibilidade de conhecer novos lugares e culturas, Aquisição/melhoria de conhecimentos e competências técnicas.
Militar 3	Área Operacional (combate, vigilância, patrulhas), Apoio à Formação.	Há sempre um risco de magoarmos as famílias com o facto de terem de lidar com a nossa ausência e para mim é um grande desafio.	Remuneração/Compensação financeira, Desenvolvimento pessoal e profissional, Aventura e desafio (experiência diferente).
Militar 4	Área Operacional (combate, vigilância, patrulhas), Apoio à Formação.	É o sentimento de impotência, quando há algum problema familiar e não temos a capacidade de resolver imediatamente, devido á distancia. Felizmente, tanto num teatro como noutra tive bons acessos às comunicações, telefone, internet. Mas no entanto uma coisa é estarmos aqui, em que pegamos no carro e vamos a casa resolver os problemas e outra é estarmos a 2 mil 3 mil quilómetros de distância em que não temos a capacidade de resolver os problemas.	Remuneração/Compensação financeira, Desenvolvimento pessoal e profissional, Aventura e desafio (experiência diferente).
Militar 5	Área Operacional (combate, vigilância, patrulhas), Apoio e Serviços (logístico, administrativo).	Há vários desafios, o primeiro e talvez o mais importante é chegarmos ao teatro e termo-nos preparado psicologicamente, fisicamente, tacitamente para a missão que vamos desempenhar no teatro. O segundo desafio tem a ver com a relação com todas as outras forças, países que se encontram no local onde vamos desempenhar a nossa função. E o terceiro desafio é procurar que consigamos evoluir usando estes dois primeiros que eu disse.	Remuneração/Compensação financeira, Aquisição/melhoria de conhecimentos e competências técnicas, Desenvolvimento pessoal e profissional.
Militar 6	Área Operacional (combate, vigilância, patrulhas).	Quem presta serviço numa unidade com as características do regimento de comandos, determinada tipologia de missões como Afeganistão, para nós é sempre um incentivo devido a situação real, de confronto real, ou seja por em prática aquilo que o pessoal tem vindo a treinar, e o auge e culminar de muito treino sendo muito gratificante. E quem gosta de liderar, e pode liderar o pessoal, o facto de poder planejar e poder decidir. E principalmente as missões de 2005 e 2007 foram mais gratificantes porque existiram situações de contacto/combate.	Remuneração/Compensação financeira, Desenvolvimento pessoal e profissional, Aventura e desafio (experiência diferente).

Militar 7	Apoio e Serviços (logístico, administrativo).	Eu ia dizer a língua a nível de terminologia e certos termos, contudo penso que nos primeiros 15 dias deixa de ser dificuldade uma vez que é o inglês. O desafio penso que será a multiculturalidade, ou seja, aceitar as particularidades de cada um, mas isso também de uma certa forma é atenuado com o formalismo das relações que se estabelecem que depois posteriormente desenvolvem-se certas amizades.	Remuneração/Compensação financeira, Desenvolvimento pessoal e profissional, Aventura e desafio (experiência diferente).
Militar 8	Área de Comando.	Representam uma valorização profissional particularmente as missões no Afeganistão, foram super enriquecedoras uma vez que estava a trabalhar em operações reais, o teatro é exigente e portanto foi evidentemente uma questão de desenvolvimento e valorização profissional super enriquecedora nessa perspetiva.	Remuneração/Compensação financeira, Aquisição/melhoria de conhecimentos e competências técnicas, Desenvolvimento pessoal e profissional.
Militar 9	Área operacional.	A missão que desempenhamos no Afeganistão foi colocar em prática tudo o que aprendemos aqui, porque lá é mesmo a sério.	Remuneração/Compensação financeira, Aventura e Desafio, Desenvolvimento pessoal e profissional.

Grupo V: Pré-Deslocamento – Preparação da família:

ID	5.1. Como lidou com o facto de saber que iria em missão?	5.2. Quando recebeu a proposta o que ponderou (como e com quem?)	5.2.1. O que o teria feito recusar?
Militar 1	Bem! Era um rapaz solteiro sem qualquer compromisso.	Já sabia que seria Comandante do Grupo de Combate. Informei os meus pais que iria em missão. O meu pai encarou com naturalidade pois é militar.	Não ser remunerado.
Militar 2	Lidei bem, porque sentia-me preparado.	Ponderei com a minha mulher. Somos voluntários e quando somos voluntários preparamos a família nesse sentido, porque a qualquer momento podemos ter de sair desde que sejamos escolhidos. E claro que existe sempre uma preocupação da família que irá também depender sempre do tipo de teatro, a nível de hostilidades e problemas inerentes a esse teatro.	Se existisse uma doença de algum familiar, da minha mulher.
Militar 3	Fiquei empolgado e depois de tanto treino era o que mais queria.	Com a família, com o cônjuge.	Muito dificilmente, porque aqui assumimos um compromisso e depois de todo o treino que desenvolvemos, só queremos colocar em prática.
Militar 4	Com felicidade.	Como é evidente falei com a minha esposa e mediante a conversa que ela teve comigo, eu iria dizer que estava disponível ou não. Felizmente nas duas missões ela mostrou-se do meu lado e apoiou-me dizendo que ficava a cuidar da filha.	Claro que se ela disse-se que não queria que eu fosse, eu não ia. Nunca iria colocar a minha família em segundo lugar.
Militar 5	Eu diria que foi fácil apesar dos constrangimentos que poderia acarretar. Mas contudo eu na reta final do meu aprontamento, a minha esposa engravidou da filha mais nova e eu por principio não solicitei ao comando da minha unidade sair fora da ordem de batalha, nunca disse isto a ninguém, mas é a única missão que tive de fato um período mais difícil porque sabia que ela ia ficar sozinha, a gravidez é sempre complicada.	Isso naturalmente a ponderação é no seio familiar, com a minha esposa. E claro no meu caso, tanto minha família direta, pais e irmãos e meus sogros acabam por participar indiretamente, apenas para os informar, tranquilizar e também para estes apoiarem a minha esposa na minha ausência.	Teria, dando o exemplo da minha esposa, durante a gravidez. Caso o obstetra dela nos tem dito que existia riscos para a gravidez, penso que seria um fator para eu sair da missão.
Militar 6	Antes de ter o primeiro filho, antes de ser pai, foi com completa distração e tranquilidade e já tinha tudo orientado com a minha esposa. Mas nas duas últimas, apesar de termos tudo organizado, foi mais difícil pelo facto de ter os filhos.	Ponderei com a minha mulher, mas visto que já tinha tido em três e esta seria a quarta vez, foi com normalidade apesar de neste momento ter dois filhos.	Um dos fatores que poderia recusar, seria principalmente pelos comandantes que eu iria trabalhar e se por acaso não tivesse um chefe á altura. A nível familiar, caso os meus filhos tivessem algum problema de saúde, eu provavelmente teria recusado.
Militar 7	Falei com a minha mulher, e ela questionou se era aquilo que eu queria, e eu disse que sim, então partilhávamos a mesma opinião. Nunca tive entraves nenhuns com a minha esposa.	Ponderei com a minha mulher, mas como lha lhe disse, ela apoiou me sempre.	Só se existisse algum problema grave de saúde na família, com a minha mulher, filhos.

Militar 8	Bem eu lidei bem, nunca houve problema, no ponto de vista pessoal nunca tive qualquer reserva em encara qualquer tipo de missões.	Ponderei sempre com a minha mulher. Nunca dei nenhuma resposta antes de falar com a minha mulher e com os meus filhos nesta fase mais recente. Claro que quando eles eram mais pequenos, apenas com a minha mulher. Mas falei sempre com eles primeiros.	Se tivesse alguma situação familiar grave e precisassem do meu apoio, e claro que recusava se me fosse permitido recusar, e claro que se tivesse alguma situação familiar grave eu iria recusar a missão e não teria dúvidas nenhuma sobre isso.
Militar 9	Em todas eu fui voluntário.	Falei com a minha esposa que ia para missão, ou seja a decisão também estava praticamente tomada.	Nas missões em que fui, a situação familiar estava estável apesar de a terceira missão que fiz em 2010, nasceu a minha filha mais nova, só que quando soubemos que íamos ter a filha mais nova, já estava numa situação muito avançada do aprontamento. Mas se existisse um a situação grave familiar, teria desistido.

ID	5.3. Quais expectativas relativamente ao que mudaria com a missão?	5.4. Que mudanças foram realizadas no geral (exemplo, ao nível das rotinas), para preparar a sua ausência?	5.5. Sentiu alguma mudança no comportamento do seu(sua) filho(a)? (expressou medo, tristeza, agressividade, falta de concentração, mostrou orgulho, revelou problemas comportamentais na escola, alterou os resultados escolares)
Militar 1	Nenhumas.	O aprontamento foi intenso. Estive ausente várias vezes durante alguns períodos de tempo.	Quando fui em missão não tinha nenhum filho. Mas posso confirmar que tive camaradas que passaram por isso.
Militar 2	A missão acima de tudo era para realização pessoal, por ser um desafio e a nível de progressão da carreira era sempre benéfico. A nível da compensação financeira, não foi o que me motivou a realizar a missão.	Eu já era casado durante a missão, então já partilhávamos as despesas, o nosso espaço e isso foi sempre assumido. Fiz uma preparação de seguro de vida, porque a minha esposa assim o quis.	O meu filho ainda não era nascida.
Militar 3	Na primeira missão, foi mais a empolgação de ser a primeira, na segunda foi mais para estabilizar a nível financeiro.	A minha cónjuge começou a conduzir para ir buscar o miúdo.	Ele começou a revelar que queria ficar mais ao pé de nós, porque mesmo sendo miúdo sentia que pai estava longe.
Militar 4	Não ia mudar nada.	Antes de ir, não houve alterações de rotinas. Depois de ir, ela sabia que só podia contar comigo após seis meses.	A minha filha era muito pequena tinha seis meses, quando cheguei ela não me conhecia, fugia de mim, tinha medo. Portanto notei alguma diferente.
Militar 5	Numa das missões fui claramente com um objetivo traçado com a minha esposa, relativamente às outras penso que não. Contudo as missões são sempre uma bolsa de ar que permite uma maior estabilidade financeira.	No meu caso houve duas missões em que houve mudanças drásticas na minha vida familiar, principalmente na vida da minha esposa que fez com que ela tivesse de sair de nossa casa e viver com os pais durante a missão para um maior apoio, devido à gravidez e numa outra devido ao facto da missão ser mais complicada a nível de riscos.	Sim, a minha filha mais velha na segunda missão, ficou um pouco em baixo, embora por motivos distintos, porque na segunda missão o risco que corríamos era maior e falou-se muito disso, quer na comunicação social, quer entre conhecidos, amigos, familiares e, por isso, gerou nela algum receio extra que eu não contava. No caso da filha mais nova, como era muito pequena quando eu voltei, ela demorou algum tempo aceitar-me.

Militar 6	Penso que as missões a compensação financeira, a breve prazo poderá ajudar, mas a curto prazo e no início da vida casamos, compramos casa e claro que ajuda sempre.	Tive de organizar toda a parte logística desde falar com o jardineiro, deixar o contacto com o conhecido das obras, com o electricista, porque são assuntos que as senhoras não tem tanto conhecimento. Tratar previamente de toda a parte administrativa, bancos, seguros.	Eu senti ao chegar que ele quase não me conhecia e isso me fez mudar um pouco e ainda hoje sinto. Porque é mau nós chegarmos ao aeroporto e o miúdo não conhecer o pai foi uma sensação que ainda hoje tenho. E depois as crianças tem um processo de adaptação, porque não é de um momento para o outro. Na altura o meu filho tinha três anos e claro também expressava muitas saudades.
Militar 7	Penso que não mudou nada principalmente da forma de como a família vivia.	Eu tive muito pouco tempo para me preparar para a minha missão porque fui substituir um camarada e tive assim de me adaptar a uma rotina completamente nova, e quando estava em casa estava em casa e quando tinha de trabalhar trabalhava, claro a minha mulher teve de ficar com todas as rotinas.	Enquanto estive no Afeganistão, não. Lembro-me que a minha filha tinha uma fotografia minha e a levava para a escola primária. O meu filho também era muito pequeno, penso que não teve mudanças de comportamento. A minha filha é que poderá ter sentido mais a minha ausência.
Militar 8	Penso que não mudaria nada com o facto de ter participado na missão.	No meu caso acho que não houve nada de significativo, porque na altura tinha os filhos crescidos, contudo por vezes os meus filhos ficavam com a minha sogra, mas não houve verdadeiramente alteração de rotinas, devo confessar.	Eu lembro que a primeira vez que fui para o Afeganistão, particularmente a minha filha reagiu mal, ela era pequena e de facto houve um impacto negativo pela minha ausência.
Militar 9	A parte remuneratória permite sempre trazer um alívio financeiro.	O aprontamento já começa a retirar muito do nosso tempo com a família mesmo que de uma forma involuntária, logo a minha mulher teve de começar a assegurar certas rotinas que eu era detentor.	Não, talvez porque não se apercebiam muito bem a noção do tempo, em saber que o pai iria estar fora seis meses.

ID	5.6. Como geriu as dúvidas e receios do(a) seu(sua) filhos(as)?	5.7. E quanto à sua esposa/companheira. Apoiou a sua participação?	5.8. A sua esposa/companheira expressou dúvidas/ receios sobre a sua ausência? Como geriu essas dúvidas/receios?
Militar 1	Não tive de gerir.	Sim. Respeitou a minha decisão.	Sim. Na altura só contacto por telefone e chat (internet).
Militar 2	Ainda não era nascida.	Apoiou, contudo o apoio depende sempre do risco da missão, por exemplo, quando fui para o Kosovo durante um ano, ela ficou mais satisfeita devido a existir uma maior segurança do que no Afeganistão. Contudo o Kosovo também foi complicado porque durou um ano.	Eu acho que ela passou melhor o tempo que eu estive no Afeganistão do que no Kosovo, primeiro devido ao Kosovo ser a primeira separação que por sua vez seria de um ano. No Afeganistão uma vez que foi a segunda e foi só seis meses, contudo a minha mulher também desligou de um certo modo das notícias que advinham do Afeganistão para não a perturbar.
Militar 3	É uma facada, porque não dá para explicar. Eu quando vou para fora é com o pensamento de querer melhorar a situação deles, mas por vezes parece que não compensa, mais vale ficar aqui e ficar bem com eles do que ficar seis meses ausente.	Ela não queria, mas teve de apoiar.	Sim, porque ela não sabe muito bem aquilo que vamos fazer e eu também não podia dar muitas informações.

Militar 4	Era uma situação que já sabia que podia acontecer e foram seis meses de ausência, um período muito grande para uma criança com apenas 6 meses e é normal ela não me reconhecer apesar de ela me ver quase todos os dias no Skype. Mas já estava preparado psicologicamente para isso.	Sim sempre apoiou.	A minha esposa ainda hoje a ouço. É complicado, porque são seis meses que deixamos de estar com uma pessoa que estamos habituados a ver todos os dias. E nos primeiros tempos, voltar à rotina de casal e de pai demora sempre uns meses a voltar ao normal. Porque tínhamos durante seis meses uma rotina muito própria, porque eu lá levantava-me às 4h da manhã todos os dias para dar formação e depois chego aqui quando o fuso horário é diferente passo a levantar as 7h e depois o sono anda trocado. Depois durante a missão eu tenho 24h para o trabalho e quando eu chego aqui tenho 24h para a família e para o trabalho.
Militar 5	Foi ao longo do tempo, no caso da mais velha já é mais fácil falar com ela, explicando o trabalho, o seu objetivo, o que fazemos, tentando dizer-lhe que acima de tudo damos grande primazia à nossa segurança no trabalho o que acabou por tranquilizar. No caso da mais nova, fui deixando passar o tempo, por forma a que ela fosse compreendendo e a digerindo a minha ausência, porque ela não percebia a minha ausência.	Felizmente sempre percebeu, ela nunca se opôs em momento algum, mesmo naquelas missões de maior risco, antes pelo contrário. Porque de uma certa forma isto é a minha profissão e não posso virar a cara à causa em si, e a minha esposa percebe isso perfeitamente, e apoia-me nesse sentido.	Naturalmente que sim, porque estamos a falar do teatro de operações do Afeganistão, por isso, percebe perfeitamente a tensão e receios que ela tem.
Militar 6	Foi a minha mulher, tive um grande apoio da por parte dela. Sabes que um militar que seja casado e vai para missão tem de ter uma grande mulher por de trás porque senão é complicado.	Ela sempre apoiou.	Sim claro fomos falando um com o outro sobre o que se passava, mantendo a comunicação. Mantermos um espírito positivo e de uma forma dizer lhe para não dar uma grande importância à informação dada pelos canais de informação permitiu-nos gerir melhor os receios.
Militar 7	Não mostraram reações negativas e, por isso, não tive grandes receios nesse aspeto.	Ela sempre apoiou.	Nos tínhamos já combinado e eu disse lhe logo no início que iríamos comunicar por email e não especificamente por voz ou vídeo conferencia tipo Skype, porque as ligações eram mais complicadas. Não existia um compromisso de escrever todos os dias, apenas escrevíamos quando podíamos. E também lhe disse que se algum dia deixasse de falar, responder por um determinado período de tempo para não se preocupar porque devo estar fora da base, ou pro motivos de segurança que não conseguia comunicar, e assim que pudesse comunicava. E foi sempre dentro destas regras que fazíamos as comunicações. Os telefones eram raros, sobretudo por email.
Militar 8	Na altura a minha mulher achou por bem a levar a um psicólogo para ver o que se estava a passar, mas depois o psicólogo acho que não era de valorizar aquilo que estava acontecer e portanto ela ultrapassou.	Ela sempre compreendeu qual é que era o cariz da minha profissão, mas dizer te sinceramente se ela apoiou, apoiou... não era a questão de apoiar, mas uma coisa é dizer se ela compreendia, porque de facto não era fácil por causa das preocupações da missão como o Afeganistão, porque em 2006 aquilo estava um bocadinho mais quentinho, mas claro acabou por compreender, mas não foi isento de trocas de pontos de vista mais acesos.	Eu acho que sim e espero que sim, porque mal seria. Tentei poupar sempre de pormenores, porque basicamente o normal eu tento não falar do trabalho em casa, muito raro e mesmo no dia-a-dia não levo nada daqui para casa e nas circunstâncias da missão já bastava o que aparecia nas notícias na televisão, os atentados, e privava de lhe dar a conhecer aspetos que ainda a pudessem preocupar mais, colocando mais em foco os assuntos familiares.
Militar 9	Agir normalmente, dia a dia, e à medida que as situações surgiam, tentávamos resolver.	Sim. Respeitou a minha decisão.	Sim, claro, e na primeira que fui, o camarada Roma Pereira tinha acabado de falecer.

Grupo VI: Deslocamento - Comunicação à distância e relacionamento familiar

ID	6.1. Durante o período da missão, com que regularidade falou com a sua esposa/companheira? (todos os dias ou quase, três vezes por semana, uma vez por semana, menos do que uma vez por semana?)	6.2. E com os seus filhos, com que regularidade falavam?	6.3. Que meios usou para comunicar com sua família durante o deslocamento?
Militar 1	Todos os dias ou quase.	Também de igual modo.	Telemóvel pessoal, Messenger.
Militar 2	Quase todos os dias.	Não tinha nascido.	Telemóvel pessoal, Skype.
Militar 3	Tentávamos falar todos os dias, mas era pouco tempo, porque estávamos sempre em deslocamentos e a nível de horário tinha muitas horas de diferença e devido a isso depois de manhã tinha de trabalhar.	Também era igual.	Telemóvel pessoal, Skype.
Militar 4	Praticamente diariamente.	De igual modo.	Telefone de serviço, Skype.
Militar 5	Nas primeiras duas missões as comunicações eram sempre mais difíceis, fruto dos meios existentes, da situação do país porque as redes de comunicações eram fracas, mas depois nas outras três, já era regular, dia sim e dia não.	Também era igual.	Email, Telemóvel pessoal, Skype.
Militar 6	Dependia das situações, porque quando estávamos em FOB era complicado falar, e podias ficar vários dias sem falar. Mas quando estávamos na nossa base, conseguia falar quase todos os dias.	Também era igual, apesar de na altura o meu filho era muito pequenino.	Email, Telemóvel pessoal, Skype.
Militar 7	Eu se quisesse penso que se calhar todos os dias, mas não tinha esse hábito.	Mãe.	Email, Telemóvel pessoal, Skype.
Militar 8	Tínhamos lá a internet e falava regularmente, quando estava em Cabul, mas não falava todos os dias porque também muitas das vezes não era possível. Depois estivemos um mês e tal projetados no setor sul e aí era difícil falar com ela. Nesta segunda missão estive sempre em Cabul e, por isso, já foi mais fácil de falar com ela regularmente, não era diariamente, mas quase, nesta segunda missão.	Também era igual.	Telemóvel pessoal, Skype.
Militar 9	Todos os dias com telemóvel, e via Skype era dois/três dias.	Sim.	Telemóvel Pessoal, Skype.

ID	6.4. Considera que a frequência com que lhe foi permitido estabelecer a comunicação com a sua família foi suficiente? Em caso negativo, justifique.	6.5. Em algum momento os meios de comunicação falharam? Se sim qual o impacto que esta falha teve para si? Que alternativas lhe foram dadas?	6.6. Em termos globais, numa escala de 0 a 5 (Nada importante 0 - Muito importante 5), qual a importância que atribui à comunicação com a família durante o deslocamento?
Militar	Sim.	Sim. Não havia alternativa, mas sabia que podia escrever cartas.	5

Militar 2	Havia determinados dias que já nem falava-mos, porque já não existia um tema. Contudo também fizemos um acordo de não estabelecermos uma rotina na comunicação, algo que também nos é ensinado na missão, porque no dia em que falhar por qualquer motivo de ambas as partes depois ficamos os dois preocupados. Por isso, normalmente, no fim do jantar se reparasse que algum dos dois estava online, então naturalmente estabelecíamos a comunicação apesar de nunca dar para alongar muito devido ao conteúdo de informação confidencial inerente à missão que lidava todos os dias.	Falhavam, mas nunca causou nenhum impacto negativo, muito devido ao acordo que estabelecemos de não criarmos rotinas na comunicação.	4
Militar 3	Sim, penso que sim, para as condições e tipo de missão foi suficiente.	Algumas vezes, mas não causou nenhum impacto.	5
Militar 4	Sim, penso que sim. Mas poderia ser melhorado, porque por exemplo, existia seis computadores para 300 pessoas, e devido a isso só podia estar 10 minutos.	Teve algumas falhas, provocando alguma ansiedade.	5
Militar 5	Foi, poderá ter sido em algum momento menos frequente devido á escassez de meios e nível de comunicações do país naquela altura, mas no geral penso que foi suficiente.	Houve alguns momentos, quando éramos projetados para outras zonas, onde tínhamos de restabelecer as comunicações. E causa sempre impactos no incremento de preocupações e receios, mas depois de conseguir comunicar novamente, voltava tudo ao normal.	5
Militar 6	Sim considero que sim. Acho que sim. E até acho que por vezes o excesso de comunicação e contacto por vezes é pior, para ambos os lados.	Sim, por vezes a qualidade da Internet era muito fraca. Não, não tínhamos hipótese, só se fosse em situações de muita emergência.	5
Militar 7	Sim considero que sim.	Que me recorde não, e também não necessitava de falar todos os dias. Mesmo que a Internet falha-se tínhamos o telefone e, por isso, penso que nunca tive falhas.	5
Militar 8	Foi suficiente.	Pontualmente, podia não haver net, mas pontualmente, não sei se poderemos considerar isto uma falha, porque se calhar uma falha seria um período alargado sem comunicações. Não teve nenhum impacto, contudo poderia aumentar os níveis de preocupação estando uma seria de dias sem falar o que era transversal ao resto da força. E por vezes falar todos os dias e depois não falar acaba por ser contra docente e podem pensar que aconteceu alguma coisa.	5
Militar 9	Sim, considero que sim.	Penso que falhar não, apenas existiam períodos, em que tínhamos que nos deslocar de sítios e devido a isso não tínhamos internet, mas tinha sempre o telemóvel. Mas avisava sempre com antecedência se ia estar muito tempo sem comunicar.	5

ID	6.7. Durante o deslocamento considera que esta comunicação lhe permitiu:	6.8. Enquanto esteve deslocado, o que mais o preocupou?	6.9. Recebeu apoio para enfrentar melhor o afastamento da sua família?
Militar	Fortalecer a moral, Fortalecer os laços relacionais, Melhorar o bem-estar.	A minha preocupação prendia-se com o cumprir a missão e trazer todos de volta.	Sim.

Militar 2	Fortalecer a moral, Fortalecer os laços relacionais, Aumentar a ansiedade.	Era não falhar com os compromissos, com as tarefas, com as obrigações, de forma a nunca me apontarem o dedo de que tinha falhado. Tinha a preocupação com a família para ver se estavam bem, bem de saúde. Claro que se em alguma das comunicações existisse algum problema de saúde, acidente deixava-me preocupado.	Não.
Militar 3	Fortalecer a moral, Fortalecer os laços relacionais, Facilitar o reencontro, Melhorar o bem-estar.	Era as saudades que temos da família e não podia existir muita saudade porque senão depois causada distração no trabalho. E depois a distração, prejudicava no comando dos meus homens.	Sim tivemos apoio de psicólogos para conversar connosco, e disseram-nos que a pior fase da missão é a reintegração com a família.
Militar 4	Fortalecer a moral, Fortalecer os laços relacionais.	Era em gerir o meu grupo, o meu pelotão. Tinha homens sobre o meu comando, com idades entre os 20 e 25 anos, alguns com a sua segundo ou terceira missão o que dá alguma confiança maior neles fazendo por vezes descorar alguns procedimentos. Em termos pessoais era não poder estar presente na família, ainda me recordo que a minha avó caiu e partiu a perna em três sítios e não podia dar apoio nenhum.	Na minha opinião o CPAE tem dado um salto significativo no apoio as militares e às famílias, vê-se que há um cuidado. Antes da missão o CPAE faz avaliação aos militares, tenta detetar os militares que podem ter mais tendência para ter problemas durante a missão. Durante a missão o CPAE não vai, o que para mim é errado. Quando regressamos fazemos novamente questionários.
Militar 5	Fortalecer a moral, Fortalecer os laços relacionais, Melhorar o bem-estar.	Começando por Portugal, preocupava-me haver um problema inopinado com a família, minha mulher, filhas, pais, irmãos. E a nível da filha mais velha, ela começou a estudar e devido há minha situação, minha saída, via-se que ela tinha uma ligeira queda nas notas escolares e depois subia quando eu voltava. No teatro operações, enquanto comandante do subgrupo, ter a preocupações dos homens, ter os meus homens prontos para a vertente operacional, e preocupar-me com o bem-estar deles, porque só assim vamos ter uma maior taxa de sucesso.	Não recebi.
Militar 6	Fortalecer a moral, Melhorar o bem-estar.	Era se o meu filho estava bem. E no Afeganistão enquanto comandante do subgrupo, era trazer o pessoal todo vivo, levar trinta e trazer os trinta.	Não recebia nenhum apoio.
Militar 7	Fortalecer a moral, Fortalecer os laços relacionais, Facilitar o reencontro, Melhorar o bem-estar.	Era o facto de sempre que saia da base, podia não regressar. Mas é normal, porque mesmo aqui nunca sabemos se chegamos a casa, mas claro, aqui não temos pessoas a colocar bombas pelo percurso. Mas penso que todos nós que lá estávamos, quando saíamos para o exterior, o facto de concentrarmos apenas na missão, conseguíamos despreocuparmo-nos relativamente a esse aspeto.	Não recebia nenhum apoio.
Militar 8	Fortalecer a moral.	O que mais me preocupou era que me acontecesse alguma coisa, não por uma perspetiva pessoal mas sim numa perspetiva de depois poder faltar no apoio á família.	Não recebia nenhum apoio.
Militar 9	Fortalecer a moral e facilitar o reencontro.	Aos meus olhos eu estava com eles todos os dias, mas na parte familiar se soubermos que eles estão bem, nós também nos sentimos bem, senão é o contrário.	Apoio psicológico não, mas havia quase sempre equipas do CPAE fazer inquéritos.

ID	6.10. Que tipo de apoio (apoio social e psicológico, meios de comunicação e tecnologias de informação)?	6.11. Quais as emoções sentidas durante o período de deslocamento?	6.12. Quais as estratégias e recursos adotados para gerir e superar as dificuldades da separação?
Militar 1	Meios de comunicação.	Saudade, Tranquilidade, Preocupação.	Meios de comunicação. Manter contacto. Transmitir que está tudo bem mesmo quando não está.
Militar 2	Não.	Ansiedade, Saudade.	Falar com os camaradas.
Militar 3	Apoio de psicólogos.	Saudade, Agressividade, Tristeza, Medo, Preocupação.	Foi manter a ligação, comunicação, dizendo que estava tudo bem e que estava tudo bem.

Militar 4	Não recebi nada.	Saudade, Tranquilidade, Agressividade, Felicidade, Medo.	Manter a comunicação, basicamente isso.
Militar 5	Não recebi nada.	Saudade, Preocupação.	A estratégia é só uma, manter a comunicação. E fazer passar para o lado de cá, que estamos sempre preocupados com o que se passa em Portugal e que apoiamos sempre á distância.
Militar 6	Não recebi nada.	Saudade, Agressividade.	Eu acho que a estratégia principal não é quando se está lá, é antes, e é aí que para mim reside o sucesso da estabilidade moral, porque se nós nos organizamos bem e estiver tudo estável, e não pensarmos apenas na próxima semana, mas sim nos próximos seis meses, nunca pensando no imediato. Temos de pensar a médio e longo prazo. E pessoalmente, posso dizer que correu tudo de uma forma excelente, mas houve um grande trabalho de preparação antes de ir para missão, porque eu e a minha mulher orientamos tudo, apesar não ter sido fácil, principalmente para a minha mulher porque ela é que seguiu aqui as pontas. Mas claro tudo foi fruto de uma organização e planeamento antecipado e claro temos de trabalhar em equipa, em conjunto.
Militar 7	Não recebi nada.	Saudade.	Depois de ganhar a rotina da missão, uma das minhas atividades diárias era a prática de desporto, participar em provas dentro da base, treinar em conjunto, e depois os convívios no bar, por forma criar rotinas normais dentro deste teatro de operações.
Militar 8	As comunicações estavam disponíveis para toda a gente. Mas apenas esse tio de apoio foi fornecido.	Saudade.	Foi manter a comunicação, penso que não haja muito mais a fazer.
Militar 9	Não recebi nada.	Tranquilidade, Preocupação.	Foi manter a comunicação, e estar a par do que se passa cá e dar notícias do que se passa lá de forma a tranquilizar a família.

ID	6.13. Como pensa que a sua família vivenciou este período?	6.14. Que mudanças sentiu ao nível da comunicação entre si e o seu cônjuge?	6.15. Que mudanças sentiu ao nível da comunicação entre si e o(a) seu(sua) filho(a)?
Militar 1	Foi pior para a família do que para mim.	Nenhumas que me recorde.	N / A.
Militar 2	Acho que até fortaleceu os laços.	Penso que não, uma vez que já era a segunda missão.	Não implicou porque felizmente na altura da missão não tínhamos filhos e aquela situação de uma mãe ser mãe e pai ao mesmo tempo nunca aconteceu. E claro que existem aquelas funções que o homem está mais por dentro, como questões do carro e afins que felizmente nunca aconteceu.
Militar 3	Sentiu muito a minha falta e como a minha família diz, eu é que saí do meio deles, e depois sentem muita a minha falta.	Chegou a uma altura em que depois já não temos tanta conversa, não há coisas nova e eu depois não posso acrescentar muito, porque a minha vida era uma rotina, muitas saídas e depois não posso falar muito sobre a missão.	Ele até reagiu bem, ele ia á webcam e dizia-me olá e falava comigo.
Militar 4	É sempre negativo para ela, para a minha esposa, minha filha. A minha mulher se for preciso, prefere comer todos os dias sopa, do que me ver a ir para missão. Ela não gosta muito, eu tento-lhe fazer ver, que não vou apenas pelo dinheiro mas também pela experiência profissional e pelo desafio.	Não.	Não.
Militar 5	Com altos e baixos, muita ansiedade, preocupação.	Existe sempre uma afetação na relação, agora o grau da afetação depende de nós, depende do casal, como gerem isso, sendo que existe sempre um afastamento. Agora o grau dessa afetação pode ser extinto após o regresso dependendo sempre da força da relação do casal. Mas no nosso caso temos conseguido gerir isso.	Penso que a nível da comunicação com os filhos, seja um processo mais demorado de voltar ao normal, devido á sua idade.

Militar 6	Foi difícil para ela, porque estava família, porque também não temos as nossas famílias próximas e para além disto ela tinha o trabalho profissional dela e também sozinha com os filhos bebés. E claro também estamos a falar do Afeganistão, com muitas missões de combate a acontecer, com pessoal a morrer todos os dias, ligávamos a televisão na CNN e víamos os americanos a morrer todos os dias.	Não, foi tudo dentro do normal.	Senti um afastamento do meu filho.
Militar 7	Penso que tive sorte nesse aspeto, muito fruto da minha mulher, tinha uma atitude muito positiva e tranquila.	Nada.	Quando regressei senti que estavam diferentes, pelo facto de estarem mais crescidos.
Militar 8	Do ponto de vista de casa, as mulheres tem de fazer tudo, o que estava repartido, agora tem de ser elas a fazer tudo, causando assim algumas chatices. E claro a preocupação daquilo que pudesse acontecer, porque as notícias não tanto esta segunda vez, mas na primeira as notícias sobre o Afeganistão estavam na ordem do dia e quando se falava em Afeganistão, falava-se me mortes e atentados. E depois a minha mãe também ligava para saber como eu estava. Tinha um stress adicional relativo ao fluxo de notícias que chegava diariamente e depois a minha missão foi depois da missão da morte do primeiro-sargento Roma Pereira e era natural que as pessoas se sintam que de repente alguma coisa pode acontecer, não as deixando descansadas.	Não houve problemas, falávamos abertamente das coisas.	Para além daquela da minha filha, sinceramente não me lembro de ter havido alguma alteração a nível de relacionamento.
Militar 9	Com alguma ansiedade, porque o teatro do Afeganistão era exigente.	Não.	Não.

ID	6.16. No que respeita à aproximação ou ao afastamento em relação ao(s) seu(s) filho(s), que alterações foram sentidas? E relativamente à relação pai-filho, quais as principais mudanças?	6.17. A sua ausência implicou mudanças ao nível das funções e responsabilidades familiares?	6.18. Durante a fase “antecipação do regresso” (últimas semanas de missão no teatro de operações) quais os seus pensamentos e expectativas?
Militar 1	No meu caso particular não tinha filhos na altura. Posso referir que sei de situações em que existiu algum afastamento e insegurança nas relações pai-filho.	Não.	Foi um processo demorado face à incerteza e constante alteração da data de regresso.
Militar 2	Não tinha na altura.	Não implicou.	É a ansiedade, o querer descansar, gozar férias, estar com a família, partilhar os bons momentos e contar todas as experiências vivenciadas.
Militar 3	Senti que para ele estava tudo mais ou menos ok, claro que ele era muito novo e, por isso, não tinha muito a perceção do que eu fazia e dos riscos que eu corria.	Tinha que se tornar uma máquina em fazer tudo uma vez que eu estava longe.	Queria estar com a família, passear. Mas para mim bastava estar em casa, no sofá e ligar a televisão longe do stress da missão.
Militar 4	Afetou-me o facto do meu filho não me reconhecer.	Claro, durante a missão ela teve de fazer tudo, porque eu antes levava o lixo, limpar o lixo do cão, etc.	A última semana antes de vir, é porreira, porque sentimos que está a chegar o reencontro, tornando-se num misto de sentimentos e emoções. É como se fosse um primeiro reencontro e depois voltar à vida normal.

Militar 5	Senti, no exemplo da filha mais velha, houve uns dois anos em que esta andou bastante insegura, porque era muito pequeno. E é o que se passa agora com a mais nova que tem receio que eu a qualquer momento a informe que posso sair de casa para ingressar numa nova missão. E quando regressei de uma missão a mais nova rejeitou-me por umas largas semanas e depois paulatinamente ela permitiu-me a reaproximação voltando tudo ao normal.	Nós dividimos tudo e claro quando eu estou fora, ela teve de assumir tudo.	Para mim esse é o período mais crítico da missão e nesse aspeto, acho que precisamos de controlar a nossa ansiedade e expectativa e preparar a família para o nosso regresso e a conjugação desses três aspetos faz com que as coisas depois corram melhor.
Militar 6	Foi o facto de não me reconhecer como pai dele, o que foi difícil para mim. Custa um pouco.	Sim claro sobrecarregou a minha mulher, porque as atividades e tarefas que eu fazia quando estava cá ela teve de as fazer, duplicando para ela. E depois quem está sozinho com uma criança em casa o simples facto de levar o lixo à rua já era complicado.	Era chegar e ter as minhas férias e descontraír e estar com a família.
Militar 7	No início quando regressei talvez houvesse em algumas situações falta de paciência da minha parte ao nível dos caprichos deles, porque tinha presenciado a situação com que as crianças afegãs viviam que eram muito más, e então tive de me readaptar novamente à realidade de Portugal.	Em determinados aspetos sim, em casa nós não temos propriamente algo definido de que o que é que cada faz, mas no caso em que eu não estive presente, a minha mulher teve de assumir todos os encargos, mas o facto de ela na altura ter ficado desempregada acabou por acontecer numa altura menos má.	Eu nunca pensei muito nisso, queria fazer o meu trabalho e quando tivesse de regressar, regressava e ponto final. Mantive as minhas rotinas diárias. Mas houve uma situação em que estava previsto chegar a tempo do aniversário do meu filho, e o regresso teve de ser adiado e perdi esse acontecimento.
Militar 8	Não senti mudanças.	Para além das tarefas que já estavam repartidas e deixaram de estar, do género toda a parte logística da casa, porque eu também sei fazer tudo em casa, não há nada que eu não consiga fazer, acho eu, nós tínhamos tarefas repartidas, qualquer um cozinha, passava a ferro e neste caso era tudo sobre ela e portanto não existia divisão de tarefas.	Era passar férias com a família, basicamente era passar umas férias com a família.
Militar 9	Talvez só ali na primeira semana depois de vir da missão, após seis meses de ausência, mas depois voltou tudo ao normal.	Sim, porque eu não estando, a minha esposa teve de assumir as tarefas que eu assumia, como levar e buscar as miúdas á escola.	Quando se aproxima o regresso, pensamos mais no que está cá, as coisas que vamos fazer, tentar recuperar os seis meses que perdemos.

Grupo VII: Pós-deslocamento: Reintegração

ID	7.1. O facto ter participado em missões fez com experienciasses alguns dos seguintes problemas?	7.2. Sentiu que o facto de ter participado em missão afetou os subsistemas conjugal e parental? Em que momentos (aprontamento, missão e regresso) e de que forma?	7.3. Após regressar sentiu dificuldades em retomar a rotina familiar que mantinham antes de iniciar a sua missão?	7.3.1. Quais as transformações vivenciadas?	7.3.2. Que sentimentos estiveram mais associados à renegociação de responsabilidades e papéis parentais?
Militar 1	Problemas emocionais (nervosismo/ansiedade).	No meu caso particular não.	Não.	Nada a referir.	Nada a referir.
Militar 2	Problemas emocionais (nervosismo/ansiedade), Problemas conjugais.	Acho que não.	Existe sempre um período de adaptação, que também está previsto e o CPAE também nos apoia na reintegração.	Penso que não aconteceu essas transformações.	Não existiram.

Militar 3	Problemas conjugais.	Afeta sempre, houve algumas discussões quando cheguei, porque já não estávamos habituados a estarmos juntos e eu não queria estar sob stress. E depois o facto de ela ter as responsabilidades todas de quando estava fora e depois de as querer passar novamente para mim de repente, e eu estava cansado.	Nas primeiras semanas, mas depois com o tempo voltou tudo ao normal.	Não.	Não.
Militar 4	Não teve problemas.	Afetou sempre, é evidente que durante um período longo de seis meses, a esposa fica sempre a cuidar de tudo, sendo uma situação que nunca mais vai esquecer e eu sei que cada vez que eu vou, sei que vou perder um período que nunca vou recuperar, perdi as primeiras palavras, o primeiro passo da minha filha, e sei que isso nunca vou recuperar por mais que quisesse e me dedique á família.	Não.	Não.	Não houve.
Militar 5	Não teve problemas.	Afetou sempre, agora no período pós missão, conseguimos sempre restabelecer tudo dentro do normal.	Não.	Não.	Não.
Militar 6	Não teve problemas.	Não, não mudou nada.	Não, também não.	Não.	Não.
Militar 7	Problemas emocionais (nervosismo/ansiedade).	Não.	Não, também não.	Nada.	Nada.
Militar 8	Não teve problemas.	Existe sempre uma afetação, porque as pessoas não se relacionam da mesma maneira, uma vez que não existe presença e claro há uma alteração que é expectável que aconteça porque as pessoas não estão presentes por um longo período de tempo.	Não, acho que não, porque o facto de existir a tal comunicação e as pessoas estarem todas informadas e terem participado na resolução de problemas e estamos assim por dentro de tudo que se passa em casa e, por isso, a integração acaba por ser fácil.	Não.	Não.
Militar 9	Não teve problemas.	Afeta sempre, agora de forma drástica acho que não, claro que seis meses de ausência afeta.	Não, essa parte não.	Não houve.	Não houveram.

ID	7.4. Teve algum tipo de apoio para facilitar a sua reintegração após a missão (aconselhamento especializado, aconselhamento de camaradas, aconselhamento religioso, etc.?)	7.4.1. Se teve algum apoio, que importância lhe atribui?	7.4.2. Se não teve nenhum apoio, gostaria de ter tido? Que tipo de apoio?	7.5. Pensando no seu regresso a casa, diria que foi fácil? Nem fácil nem difícil? Foi difícil?	7.6. Em termos globais, numa escala de 0 a 5 (Nada negativa 0 - Muito positiva 5), como avalia a sua experiência na participação em missões internacionais?
Militar 1	Não.	Não	É bom termos apoio caso seja necessário.	Nem fácil nem difícil.	4
Militar 2	Não.	Não	Penso que não.	Não, não foi, porque houve sacrifícios, de espírito de missão que só poderiam ser ultrapassados lá com a nossa disposição a 100% na missão, quase 24h/7 dias, abdicando um pouco da família.	5

Militar 3	Não.	Não.	Não.	Foi difícil, porque parece que estamos a voltar a casa, mas aquilo é um ambiente estranho, desde a chegada ao aeroporto e vermos os carros a passar ao pé de nós. Lembro-me de ter ido na primeira semana ao centro comercial e ter tantas pessoas ao pé de mim, que já me fazia confusão. Mas depois fui me habituando.	4
Militar 4	Não necessitei.	Não tive.	Não.	Diria que sim.	5
Militar 5	Nos temos sempre uma equipa de psicólogos que acompanha cada FND, e nós temos um pequeno período com essa equipa antes do deslocamento, durante o deslocamento e após o deslocamento. Essa equipa visita-nos sempre no teatro e acompanham-nos durante alguns dias e têm algumas ações de formação connosco e na reta final da missão preparam-nos para o regresso. Embora seja algo curto, acho que é positivo.	Não tive.	Não tive.	Tive situações, mais complicadas no regresso ao meu seio familiar como aquelas que lhe falei. Mas nomeadamente em 2010 eu chego a Portugal, o avião aterra à 1h30 da manhã e a minha filha nasce às 15h da tarde, portanto foi dormir 2 horas e aprontar o material para ir para o hospital. Mas considero que foi fácil o regresso.	4
Militar 6	Não tive e nunca senti necessidade.	Não tive.	Não.	Como lhe disse, com filhos pequenos já existe um processo de adaptação entre filho-pai. Dependendo sempre da faixa etária dele, mas eu acho que em todas as faixas etárias, para quem tem um filho desde bebé até à fase da adolescência a gente sabe que é crítico e carece sempre de uma fase de adaptação, porque depois existe a autoridade do pai, a imagem do pai, os dias todos em que o pai estava em casa de um momento para o outro desapareceu, e apesar de estar lá a mãe, penso que não chega, porque todas as famílias tem de ter um pai e uma mãe. E claro quando o pai chega de missão, o filho começa a olhar e pergunta á mãe, quem é este? Fugindo para o pé da mãe.	5
Militar 7	Não tive necessidade.	Não tive.	Não tive.	Diria que tinha sido fácil.	4
Militar 8	Não tive.	Não tive.	Não.	Eu diria que sim, foi fácil.	5
Militar 9	Não tive.	Não tive.	Não.	Foi fácil, porque também quem cá ficou, estiveram bem. Mas na última missão do Afeganistão, em 2013, um mês antes de chegar, o meu pai faleceu enquanto estava lá, o reencontro com a minha mãe não foi igual, mas depressa as coisas normalizaram.	5

Apêndice D – RESPOSTA À ENTREVISTA (CÔNJUGES)

Grupo I: Caraterização Pessoal/ Percurso Profissional

ID	1.1. Que idade tem (data de nascimento)?	1.2. Atualmente qual é a sua situação profissional?	1.3. Atualmente, qual o grau de escolaridade mais elevado que concluiu?
Cônjuge 1 (C1)	49	Empregada	Mestrado
Cônjuge 2 (C2)	33	Desempregada	Licenciatura
Cônjuge 3 (C3)	41	Empregada	Licenciatura
Cônjuge 4 (C4)	41	Empregada	12º Ano
Cônjuge 5 (C5)	49	Empregada	Licenciatura

Grupo II: Caraterização Sociodemográfica

ID	2.1. Qual o seu Estado Civil?	2.1.1. Anteriormente ao estado civil atual, já foi casado ou viveu em união de facto?	2.2. Tem filhos? Se sim, quantos?	2.2.1. Quantas pessoas compõem o seu agregado familiar? Qual o grau de parentesco?	2.2.2. Tem filhos que não estejam a viver consigo? Quantos? Que idade têm?
Cônjuge 1 (C1)	Casado/União de facto	Não	Filho - 19 anos; Filha 14 – anos	4 Elementos (Cônjuge - 49 anos; Filho - 19 anos; Filha 14 – anos)	Não
Cônjuge 2 (C2)	Casado/União de facto	Não	Filha - 2 anos	3 Elementos (Cônjuge - 33 anos; Filha - 2 anos)	Não
Cônjuge 3 (C3)	Casado/União de facto	Não	Filho - 9 anos; Filha - 1 ano	4 Elementos (Cônjuge - 40 anos; Filho - 9 anos; Filha - 1 ano)	Não
Cônjuge 4 (C4)	Casado/União de facto	Não	Filha - 13 anos; Filha - 6 anos	4 Elementos (Cônjuge - 43 anos; Filha - 13 anos; Filha - 6 anos)	Não
Cônjuge 5 (C5)	Casado/União de facto	Não	Filho - 24 anos; Filha - 18 anos	4 Elementos (Cônjuge - 52 anos; Filho - 24 anos; Filha - 18 anos)	Não

Grupo III: Realização e expectativas profissionais do militar e cônjuge:

ID	3.1. Sente-se realizada profissionalmente? A que nível? (p.e.: dinheiro, projetos de trabalho, sustentação da família...)	3.2. Quais as expectativas/aspirações que tem relativamente à sua atividade profissional atual?	3.3. De uma forma geral está satisfeita por o seu cônjuge ter enveredado pela carreira militar?	3.4. Acha que ele se sente realizado em termos profissionais? Porquê?
Cônjuge 1 (C1)	Não. A nível profissional estou colocada numa escola apenas a tempo parcial, o que reduz consideravelmente o contributo para o orçamento familiar.	Concretizar um projeto pedagógico, neste momento em fase de preparação.	Sim.	A perceção dessa realização já foi sentida noutros momentos, mais do que atualmente.
Cônjuge 2 (C2)	Não.	Neste momento ainda é um pouco cedo para criar algum tipo de expectativas porque o ramo imobiliário é um ramo que apesar de estar em expansão está com muitos	Sim, porque eu acho que é a vocação dele, porque eu já o conheci enquanto militar e, portanto, já era um dado adquirido, e, no entanto, também não o	Obviamente com algumas frustrações, mas penso que sim.

		agentes imobiliários, que apesar de existir muita procura, também existe muita oferta. E como estou em formação nesse ramo, ainda não posso dizer com certeza as minhas expectativas.	vejo a fazer mais nada, para além disso.	
Cônjuge 3 (C3)	Sim.	Gosto muito da minha atividade profissional, trabalho por conta própria à perto de um ano, e antes trabalhava numa empresa de marketing como diretora. Fiz esta mudança por causa da família e quero continuar e de uma forma evoluir profissionalmente.	Sim, porque é uma carreira que ele sempre gostou e acho que se sente realizado.	Sim, penso que no geral sim, apesar que neste momento houve uma pequena mudança, porque passou a trabalhar mais na parte administrativa e o que ele gostava era a parte operacional.
Cônjuge 4 (C4)	Sim, estou aqui á 20 anos.	Como não sou do quadro superior, nós temos evoluções automáticas. Também nunca vou poder subir muito.	Tem dias, não é fácil. Acima de tudo nós temos que aceitar a profissão dele, e também é como ele diz, quando casamos eu já era militar e, por isso, não o vou deixar de ser. Temos de aprender a viver com isso.	Eu acho que sim, gosta de andar no meio da confusão, do barulho e os papéis não é com ele. Mas acho que sim.
Cônjuge 5 (C5)	Sim, a nível de projetos de trabalho desenvolvidos.	Cumprir os objetivos a que me proponho anualmente de acordo com o SIADAP.	Gostaria que tivesse optado por outro tipo de profissão.	Sim. Porque gosta daquilo que faz.

ID	3.5. Para as situações que apresentarei posteriormente diga-me se, no seu entender, as mulheres devem: trabalhar a tempo inteiro; trabalhar a tempo parcial; ou não trabalhar.	3.6. No seu entender a profissão do seu cônjuge é mais importante do que a sua? Justifique?
Cônjuge 1 (C1)	Depois de terem filhos.	Não. Avalio a importância da profissão em função do grau de realização e satisfação que cada um possa retirar dela para o seu crescimento pessoal.
Cônjuge 2 (C2)	Acho que devem trabalhar sempre que se sentirem realizadas em fazer-lo, acho que não deve ser uma obrigação e deve ser algo que realize a mulher, mesmo que tenha filhos ou seja casada.	Não, é igual.
Cônjuge 3 (C3)	Eu acho que as mulheres devem trabalhar sempre, para terem uma certa independência em qualquer situação.	Não acho, penso que são as duas ambas importantes e, contudo, até sou eu que contribuo monetariamente para a casa.
Cônjuge 4 (C4)	Eu acho que nós devemos de trabalhar sempre. Acho é que devíamos ter um horário diferente depois de termos filhos, mais flexível. Contudo tenho essa flexibilidade, contudo a minha única queixa é o facto de ser de longe e agora que ele quer ir para missão não vai ser fácil, porque temos duas crianças em casa e conciliar os horários quando ele for embora, vai ser difícil. Mas acho que nós devemos sempre trabalhar, faz falta quer a nível psicológico e de independência.	No meu ver não, porque são profissões distintas. Hoje em dia considera a profissão dele tão importante como a minha.
Cônjuge 5 (C5)	Antes de casar: trabalhar a tempo inteiro. Depois de casar e antes de terem filhos, trabalhar a tempo inteiro. Depois de terem filhos: trabalhar a tempo parcial.	Não. Dentro das respetivas áreas de atividade acho que são profissões igualmente importantes.

Grupo IV: Impacto da vida profissional na família – participação em missões

ID	4.1. Considera que as exigências da vida militar afetam o bem-estar da sua família?	4.2. Como é que a sua família se ajusta às condições de ser uma "família militar"?	4.3. Em que medida sente que a sua vida familiar interfere no seu trabalho? (p.e.: sente-se cansada quando vai trabalhar; atrasa-se com frequência; pede dispensas no trabalho para tratar de assuntos familiares, etc.)
Cônjuge 1 (C1)	Não.	Através da colaboração de todos os elementos do agregado na vida familiar.	Em virtude de trabalhar a tempo parcial, essa interferência não se verifica.

Cônjuge 2 (C2)	Sim, porque muitas das vezes o meu cônjuge está fora de casa e retira muito tempo. E muitas das vezes o facto de perder este tempo, faz com que perca algumas fases da vida da nossa filha. Ainda agora esteve 10 dias no campo e foram dias que perdeu com a família.	Da minha parte, eu trabalhava no ramo da hotelaria e tive de vir embora, porque tinha horários fora do normal e eram incompatíveis com os do meu marido e, portanto, nesse parâmetro ele tem os seus horários e por vezes eu tive de prescindir do meu horário de trabalho porque também temos uma filha em conjunto.	Por norma, eu enquanto esposa tento que isso não interfira, mas se por alguma a nossa filha está doente, eu tento ficar em casa para cuidar dela. Também agora procurei um trabalho que me desse mais flexibilidade de horários, para ele não prescindir da carreira dele e, portanto, são feitos todos os esforços para não interferir no trabalho dele.
Cônjuge 3 (C3)	Sim, porque a nível dos horários existe muita incompatibilidade. Contudo penso que o meu marido também tem muita flexibilidade porque por vezes quando precisa de tratar de algum assunto a nível dos filhos e etc, os chefes dele deixam o tratar desses assuntos, o que por vezes nos trabalhos privados era impossível isso acontecer. Agora por vezes ele tem as suas obrigações na vida militar que tem de uma certa forma as cumprir.	Nunca me defini como uma família militar, porque a parte militar apenas a vejo no meu marido.	Com filhos é sempre mais exigente e acabam por nos roubar mais tempo. Um dos motivos pela qual eu optei por trabalhar por conta própria foi porque quando trabalhava por conta de outros, trabalhava muitas horas, horas extraordinárias e com dois filhos era complicado gerir o tempo. Por conta própria, apesar de não trabalhar menos, consigo ter flexibilidade a nível de horários que me permite gerir o meu tempo.
Cônjuge 4 (C4)	Dependo do "militar", no nosso caso, ele tenta não levar os assuntos militares para casa, porque sei de algumas coisas que se assumam lá por outras pessoas e nunca sei por ele, porque tropa é tropa e casa é casa. Mas afeta, como exemplo, neste momento ele está a dar instrução e então hoje já não vai para casa, ficando sem tempo para nós. Eu aqui ainda consigo gerir melhor o tempo, porque ele a nível de serviços, instruções noturnas afetam muito a nível de tempo.	Eu não considero que sejamos uma família militar, porque ele não leva a parte militar para casa, só quando está muito ausente é que se nota mais isso, porque de resto somos uma família como outra qualquer.	Sinto-me cansada é claro, porque com duas filhas, com o trabalho em casa e ainda o trabalho profissional é complicado. E este ano foi muito mau.
Cônjuge 5 (C5)	Sim.	Com muito sacrifício da mãe que tem de ser também "pai" na ausência do mesmo.	Não.

ID	4.4. Simultaneamente, de que forma o seu trabalho interfere com a sua vida familiar? (p.e.: tem falta de tempo para estar com o seu cônjuge e filhos; vem cansada do emprego; tem pouca disponibilidade para a família, etc.)	4.5. O seu cônjuge já esteve envolvido em missões internacionais?
Cônjuge 1 (C1)	Em virtude de trabalhar a tempo parcial, essa interferência não se verifica.	Sim.
Cônjuge 2 (C2)	Eu não tendo neste momento, interfere, porque eu não sou uma pessoa que goste de estar em casa, porque gosto de ter uma atividade profissional, de me sentir realizada.	Sim.
Cônjuge 3 (C3)	Neste caso como trabalho por conta própria, consigo gerir de modo a que o meu trabalho não interfira com a vida familiar.	Sim.

Cônjuge 4 (C4)	Venho cansada do emprego não pelo trabalho em si, mas sim pelas deslocações, porque o facto de morar longe, faz-me demorar uma 1h30m para vir e a mesma para ir, logo saio cedo de casa e chego tarde a casa, logo interfere com a vida familiar. Neste momento se eu não o tivesse lá a salvaguardar a parte das miúdas seria muito difícil.	Sim.
Cônjuge 5 (C5)	Tento que o meu trabalho não interfira na minha vida familiar e posso dizer que tal aconteceu muito raramente.	Sim.

Grupo V: Pré-Deslocamento – Preparação da família:

ID	5.1. Como lidou com o facto de saber que o seu cônjuge iria em missão?	5.2. Quando recebeu a proposta ponderaram a decisão juntos?	5.2.1. O que o teria feito recusar?
Cônjuge 1 (C1)	Naturalmente.	Sim.	Se a família (núcleo) não tivesse apoiado.
Cônjuge 2 (C2)	Inicialmente enganada entre aspas, porque ele disse-me que à partida inicialmente não ia para fora do país e também já tínhamos tido a nossa filha pequenina e eu estava expectante que ele nos próximos tempos não iria mesmo sair, porque houve um compromisso da parte dele, neste nosso protejo de termos um filho que que ele ia permanecer cá. Mas eu sempre vi que as missões eram muito importantes para ele, que era um sonho dele e que, portanto, era uma realização pessoal para ele. Mas claro, fiquei sempre triste, com ansiedade, mas também com muito orgulho.	Sim.	Eu dizer para ele não ir, ou se a nossa filha ficasse doente.
Cônjuge 3 (C3)	Depende, porque quando foram as primeiras missões do meu marido, nós ainda estávamos a namorar, agora as outras já éramos casados e tínhamos dois filhos. No primeiro caso, foi sempre no âmbito se ele queria ir e gostava de ir, então vai. Agora nas últimas missões já foi diferente, com maior receio de poder acontecer alguma coisa a ele porque já éramos casados e tínhamos os filhos e claro eu ficava aqui sozinha com a responsabilidade de cuidar dos filhos, contudo sempre apoiei.	Sim, sempre me perguntou e foi uma ponderação em conjunto.	Sim, ele até já acabou por recusar várias vezes. Penso que seja pelo facto de termos os dois filhos e seis meses ausente é muito tempo e depois voltar a recuperar a confiança dos filhos é muito complicada, porque aliás eu fui sempre a pessoa de referência para as crianças, muito devido ao facto de o pai não estar presente.
Cônjuge 4 (C4)	Já são muitas, mas é difícil lidar, porque a primeira vez esteve em Timor um ano, logo após o casamento, foi um impacto. Para o Afeganistão foi mais complicado por ser em âmbito de guerra, mais difícil quando ainda temos filhos. Mas eu assumi a postura de "se estás em missão, eu não vejo as notícias", para não me preocupar e esperar que ele ligue quando tiver oportunidade, porque senão iria viver sempre na ansiedade. Temos de ter um poder de encaixe muito grande, principalmente com crianças.	Foi ponderado por ele, porque ele avisava-me quase em cima da missão, só esta próxima que ele vai é que já me avisou com um pouco de antecedência. Porque normalmente ele apenas dizia 15 dias antes. Agora este ano disse com mais tempo, mas por mim ele não ia porque é uma altura péssima para mim, porque a minha mãe faleceu agora, foi um tempo mau com a doença da minha mãe e ainda bem que ele não conseguiu ir nesta última missão. Mas normalmente estas decisões é ele que toma, e a mim apenas me informa.	Ele recusar, penso que sim. Porque uma que ele recusou foi o facto de eu estar a passar por uma fase difícil com a doença da minha mãe.
Cônjuge 5 (C5)	Como sendo uma contingência da sua profissão.	Algumas.	Uma desgraça com sequelas físicas.

ID	5.3. Quais expectativas relativamente ao que mudaria com a missão?	5.4. Que mudanças foram realizadas no geral (exemplo, ao nível das rotinas), para preparar a sua ausência do seu cônjuge?
Cônjuge 1 (C1)	Realização profissional, vivência de uma experiência de trabalho diferente, melhoria dos rendimentos.	Não se verificaram mudanças prévias nas rotinas.

Cônjuge 2 (C2)	Eu sempre pedi que ele não fosse por motivos financeiros, no entanto eu acho que na cabeça dele, pondera muito esse motivo, portanto o facto de ser uma bolsa de ar pesa bastante, mas acho que o que pesa mais é mesmo a experiência de participar nas missões, porque andam todo o ano a treinar para isso e claro a realização pessoal dele.	Portanto, eu deixei de trabalhar a tempo inteiro e fiquei a tempo parcial, porque tinha um horário fora do normal e, portanto, percebi que precisava de acompanhar a minha filha, porque as rotinas diárias de a levar à creche era incompatível com o meu horário anterior. Também em termos familiares, a minha mãe mudou a sua rotina para me ajudar no acompanhamento da minha filha.
Cônjuge 3 (C3)	Penso que nas primeiras missões, sempre foi uma ajuda financeira, visto que tínhamos iniciado a nossa vida como casal.	Eles no aprontamento já tinham um horário muito ocupado, parece que já estão em missão. Mesmo a nível psicológico parece que já se estão afastar, para se focarem na missão. Eu tive de reduzir o meu trabalho, porque também não tínhamos família cá para ajudar e andava assim sempre no limite.
Cônjuge 4 (C4)	Ele sempre a necessidade de participar em missões, porque ele estar muito tempo em casa atrofia-lhe a cabeça. E depois a nível de dinheiro é compensatório, porque apesar de termos o mesmo ordenado, nós gastamos muito nas deslocações e depois duas crianças e a casa, este dinheiro sempre nos permite ter uma maior qualidade de vida.	Eu passo a contar só comigo, porque para mim esta é a pior fase, porque nunca sei se posso ou não contar com ele, enquanto que quando ele vai embora sei que apenas estou eu e sei com que o contar e vou gerir o meu tempo, levando as minhas filhas, ir para o trabalho, ter que ir buscar as minhas filhas, apenas eu, só conto comigo. A fase do aprontamento é sempre mais complicada, porque não sei com o que contar, porque hoje estou, amanhã não estou.
Cônjuge 5 (C5)	Economicamente.	Nada de significativo.

ID	5.5. Sentiu alguma mudança no comportamento do seu(sua) filho(a)? (expressou medo, tristeza, agressividade, falta de concentração, mostrou orgulho, revelou problemas comportamentais na escola, alterou os resultados escolares)	5.6. Como geriu as dúvidas e receios do(a) seu(sua) filho(a)?
Cônjuge 1 (C1)	A filha mostrou algum orgulho quando comentava com os professores a ausência do pai em missão militar. O filho era muito pequeno ainda.	Conversando e explicando as motivações da ausência do pai e a importância do seu contributo para a missão.
Cônjuge 2 (C2)	Não, porque também era um recém-nascido.	Não foi preciso, porque também era um recém-nascido.
Cônjuge 3 (C3)	Sim, apesar do nosso filho ser pequeno, ele notava que faltava o pai em casa e quando ele voltou, existe uma fase de adaptação para ambos. Ele gostou muito de quando o pai regressava das missões, nunca havendo rejeições por parte dele, contudo eu era o pilar dos nossos filhos, eles refugiavam-se em mim, quando era para os deitar na cama, eles pediam-me a mim. Claro que o pai ficava triste, e ainda levou algum tempo a que a situação volta-se ao normal. E ainda hoje, o meu filho tem medo que o pai seja chamado a ir novamente para fora.	Tive de ser pai e mãe ao mesmo tempo, fazia as coisas dobrar, tentando lidar com as situações com normalidade.
Cônjuge 4 (C4)	A mais pequenina ainda não sentiu muito, mas vai sentir porque ainda não tinha a percepção do que era uma missão, mas agora vai sentir, porque ele nestes últimos nove meses devido á doença da minha mãe ele aproximou-se mais delas e agora quando ele for embora vai ser complicado para a mais nova. A mais velha já está habituada, e depois quando ele vai para missão, ele em vez de se aproximar delas, faz o contrário, porque ele acha que é a melhor forma.	Não sei, aprendi a viver o dia-a-dia, e consoante as situações vão surgindo, vamos tentar as ultrapassar. Contudo a mais velha já tinha a noção que o pai ia para um cenário de guerra, só que nunca se mostrou muito preocupada porque também é muito reservada, fechada.
Cônjuge 5 (C5)	Dependeu da fase de idade. Quando novos a ausência do pai provocou alguma ansiedade.	Conversando e explicando a situação.

Grupo VI: Deslocamento - Comunicação e parentalidade:

ID	6.1. Durante o período da missão como lidou com a ausência do seu cônjuge? E os seus filhos?	6.2. Quais as emoções sentidas durante o período de deslocamento?	6.3. Recebeu apoio para poder enfrentar melhor o afastamento do seu cônjuge?
Cônjuge 1 (C1)	Procurando não ver essa ausência como algo dramático mas uma possibilidade sempre presente na carreira de um militar e contando também com o apoio da família mais próxima.	Saudade, Preocupação.	Não.
Cônjuge 2 (C2)	Com saudade, alguma frustração porque eu sentia que ele também de sentia triste por estar longe da família, casa e filha.	Choro, Ansiedade, Saudade, Tristeza, Solidão, Medo.	Sim, mas apenas em termos familiares.
Cônjuge 3 (C3)	Tive continuar as rotinas, tinha o meu emprego, a casa, os filhos. Para mim era difícil quando chegava o fim-de-semana, em que devíamos estar em família, de passearmos a algum sítio e vemos as outras famílias juntas e na nossa faltava sempre o pai, era complicado. Contudo, também temos noção que existem outras profissões em que os pais	Saudade, Preocupação.	Não.

	também viajem muito. Agora contudo depende da missão, porque no Afeganistão existem sempre muitos riscos.		
Cônjuge 4 (C4)	Com ansiedade, medo, porque nós nunca sabemos o que poderá acontecer, porque aquilo não era um ambiente seguro e temos sempre aquele pensamento de "será que volta, será que não volta". E é como ele diz, "sei que vou, mas não sei se venho". E eu tento brincar dizendo, "às de vir nem que seja numa caixa aos bocadinhos". Mas não é fácil, temos medo. A mais velha recusava-se a falar com o pai quando ele estava no Skype até aos dez anos, apenas dizia um olá, porque preferia não o ver para não sofrer mais.	Choro; Solidão; Preocupação; Medo; Ansiedade; Saudade.	Sim tinha o apoio da minha mãe, agora sem ela não sei como vai ser.
Cônjuge 5 (C5)	Com naturalidade adaptando a família à situação.	Saudade; Preocupação.	Não.

ID	6.3.1. Que tipo de apoio (apoio social e psicológico, meios de comunicação e tecnologias de informação)?	6.4. Que meios usou para comunicar com sua família durante o deslocamento?	6.5. Considera que a frequência com que o seu cônjuge conseguiu comunicar com o seu cônjuge foi suficiente? Em caso negativo, justifique.	6.6. Em algum momento os meios de comunicação falharam? Se sim qual o impacto que esta falha teve para si? Que alternativas lhe foram dadas?	6.7. Em termos globais, numa escala de 0 a 5 (Nada importante 0 - Muito importante 5), qual a importância que atribui à comunicação com o cônjuge durante o deslocamento?
Cônjuge 1 (C1)	Não recebi.	Email, Telemóvel pessoal, Skype.	Sim.	Sim, mas nada de grave.	5
Cônjuge 2 (C2)	Não recebi.	Email, Telemóvel pessoal, Skype.	Não, mas claro sei que é difícil existir mais tempo para comunicar.	Sim, preocupação acho que há sempre, mas já fui prevenida nesse aspeto porque ele já me tinha dito que isso poderia acontecer.	5
Cônjuge 3 (C3)	Não.	Telefone pessoal, Skype.	Depende, porque as primeiras missões no Afeganistão foram mais complicadas, porque podíamos ficar uma ou duas semanas sem falar, agora as ultimas, falávamos quase todos os dias.	Sim, porque elas falhavam, e depois nunca sabia quando é que voltava a falar com ele, era uma incerteza. Nunca sabia se era hoje, se daqui a uma semana recebia comunicações dele.	5
Cônjuge 4 (C4)	Não recebi.	Telemóvel pessoal, Skype.	Para ser sincera, quando ele está em missão, falo com ele todos os dias, agora quando ele está cá nem sempre.	Sim, falharam, mas se a internet falhava, ele mandava me uma SMS e assim já sabia o que se passava.	5
Cônjuge 5 (C5)	Não recebi.	Telemóvel pessoal, Skype, Email.	Sim.	Raramente.	5

ID	6.8. Durante o deslocamento considera que a comunicação com a família lhe permitiu:	6.9. Que mudanças sentiu ao nível da comunicação entre si e o seu cônjuge?	6.10. Que mudanças sentiu ao nível da comunicação entre si e o(a) seu(sua) filho(a)?	6.11. No que respeita à aproximação ou ao afastamento em relação ao seu filho, que alterações foram sentidas? E relativamente à relação pai-filho, quais as principais mudanças?
Cônjuge 1 (C1)	Fortalecer a moral, Fortalecer os laços relacionais, Melhorar o bem-estar.	O afastamento físico e a distância dificultam, por vezes, a comunicação, tornando-a mais objetiva e menos emotiva.	Não senti mudanças a este nível.	Não se sentiram mudanças significativas, apenas a perceção de alguma preocupação em relação à segurança do pai e uma constante expressão da saudade sentida.
Cônjuge 2 (C2)	Fortalecer a moral, Fortalecer os laços relacionais, Melhorar o bem-estar.	Não, penso que não.	Não, porque ainda tinha meses e apenas berregava e não falava.	Eu acho que houve uma aproximação, porque uma vez que ela estava dependente só de mim e não de outro progenitor, acho que houve uma maior união entre mãe-filha.
Cônjuge 3 (C3)	Fortalecer a moral, Aumentar a ansiedade, Melhorar o bem-estar.	Sim, porque havia muitos assuntos que não falávamos tanto, porque também não o	Não.	Penso uma vez que eu era o pilar do meu filho, apenas se aproximou ainda mais de mim. Relativamente ao pai, havia sempre alterações, como lhe disse, eu fiquei a ser o

	Facilitar o reencontro.	queria preocupar, porque eram coisas do dia-a-dia que muitas das vezes é falado durante o jantar em família.		pilar deles e não o pai, como deveria de ser. E depois, quando os filhos são pequeninos, em que os primeiros laços maternos se desenvolvem o pai não estava presente e o pai deixa de se tornar tão importante como a mãe, que por vezes pode levar alguns meses a existir novamente um equilíbrio.
Cônjuge 4 (C4)	Fortalecer os laços relacionais, melhorar o bem-estar e facilitar o reencontro.	Ele é pouco de comunicar, muito reservado, portanto nunca senti grandes diferenças.	Tenho de ser mais presente e tentar ser mãe e pai ao mesmo tempo e se acontecer algo tento lhes explicar da melhor forma para não as preocupar muito.	Eu acho que os reaproxima, porque o facto de ele estar longe, e acaba por sentir a falta das filhas e quando volta acaba por se aproximar ainda mais delas. Agora nesta fase tenta afastar-se para não lhe custar tanto na despedida ao contrário de muitas pessoas.
Cônjuge 5 (C5)	Fortalecer o moral, Fortalecer os laços relacionais, Facilitar reencontro.	Não houve alterações.	Não houve alterações.	Não houve alterações.

ID	6.12. Que recursos/estratégias foram mais importantes e mais utilizados durante este período?	6.13. Que mudanças sentiram necessidade de fazer ao nível das funções e responsabilidades familiares?	6.14. O que mais a ajudou a lidar com as mudanças durante o ciclo da missão (p.e.: atividades em família e ocupação de tempos livres)?	6.15. Durante a fase “antecipação do regresso” (últimas semanas de missão no teatro de operações) quais os seus pensamentos e expectativas?
Cônjuge 1 (C1)	Evitar a ansiedade, procurar transmitir segurança, tranquilidade e normalidade nas relações com os filhos e com o cônjuge.	Concentração de todas as funções de apoio à família, uma vez que o cônjuge/pai se encontrava ausente, e também a concentração de algumas decisões.	O cumprimento das rotinas diárias.	Estava ansiosa com a aproximação do regresso, mas preocupada com eventuais alterações comportamentais motivadas pela experiência da missão. Sentia-me feliz por saber que ele ia regressar.
Cônjuge 2 (C2)	Manter a comunicação.	Eu tive de assegurar tudo em casa, mas já sabia que isso ia acontecer e, por isso, precavemos tudo.	Como lhe disse, a filha era recém-nascida e então tive praticamente a cuidar dela, porque não tinha com quem dividir essa função.	Ansiedade, tinha algumas dúvidas se o cônjuge vem igual ao que foi, não digo em termos físicos, mas em termos psicológicos. Duvidas também no caso de saber se a minha filha ia reconhecer o pai ou ter alguma ligação com ele.
Cônjuge 3 (C3)	Foi manter o contacto, comunicação.	Mantivemos as mesmas.	Em algumas missões, eu tive mais contacto com duas mulheres de militares que estavam com ele em missão, que por vezes fazíamos atividades em conjunto. Agora principalmente nas missões em que já tinha filhos, já tinha menos tempo, tinha de cuidar da casa, dos filhos e trabalho, logo as rotinas consumiam o meu tempo. Nem para ir ao cabeleireiro tinha tempo.	Penso que seja dos piores períodos da missão para nós, porque nunca sabíamos a data ao certo de quando ele chegaria. Porque, por vezes era para chegar num determinado dia, e depois já era noutra, muitas incertezas. Porque depois nós temos o nosso trabalho, e era complicado gerir todas estas incertezas, porque eu tinha que o ir buscar ao aeroporto e depois também tinha de marcar férias para estarmos juntos e por vezes estas datas alteravam.
Cônjuge 4 (C4)	O facto de ele estar ausente, deixa-me completamente sozinha, sem tempo e agora sem a minha mãe ainda mais complicado é. Agora com o falecimento da minha mãe, ainda ganhei mais um filho, o meu pai. Ao fim de semana tento fazer o máximo com as miúdas.	Eu passei a fazer tudo. Antes de ele ir, nós dividimos as tarefas, ele trata das filhas quando eu não estou lá.	Quando ele está em missão eu trabalho o dia todo, só tendo o fim-de-semana para tentar estar o máximo com as miúdas e gerir a casa.	Eu acho que é uma das piores fases, porque nunca sabemos quando vai acabar, será que chega, será que não chega. Depois nunca se sabe quando tem avião, por vezes é um massacre.

Cônjuge 5 (C5)	A existência de comunicação regular; planejar férias em família; discutir os problemas.	Redistribuição das tarefas.	Realização de todas as atividades em família sempre que possível.	Reencontro da família, planos para a família após a chegada e com os amigos.
-------------------	---	-----------------------------	---	--

Grupo VII: Pós-deslocamento: Reintegração

ID	7.1. O facto de o seu cônjuge ter participado em missões fez com experienciase alguns dos seguintes problemas?	7.2. Sentiu que o facto de ele ter participado em missão afetou os subsistemas conjugal e parental? Em que momentos (aprontamento, missão e regresso) e de que forma?	7.3. Após o regresso do seu cônjuge sentiu dificuldades em retomar a rotina familiar que mantinham antes do iniciar da sua missão?
Cônjuge 1 (C1)	Problemas emocionais (nervosismo/ansiedade).	Gerou algum sentimento de preocupação e saudade.	Não.
Cônjuge 2 (C2)	Problemas emocionais (nervosismo/ansiedade).	Apenas parental, apenas numa fase inicial porque acho que está ultrapassado porque acho que ela não tem memórias disso. Mas no entanto inicialmente houve um período de adaptação e de conquista da parte dele para que houve uma aceitação da parte dela.	Sim, porque é sempre um período de adaptação, porque no caso da nossa filha ele teve de aprender a tomar conta dela porque não tinha essa consciência porque não tinha partilhado com ela o início da sua vida porque estava em aprontamento para a missão.
Cônjuge 3 (C3)	Problemas emocionais (nervosismo/ansiedade).	Acho que após um período de adaptação e reintegração voltava tudo ao normal, porque no nosso caso eu morava na Alemanha quando namorávamos então já estávamos habituados à distância, conseguindo gerir melhor o fator distancia.	Penso que no geral, mantivemos as mesmas rotinas.
Cônjuge 4 (C4)	Problemas emocionais (nervosismo/ansiedade).	Afeta em determinada coisas, principalmente a parte parental, porque custa muito para as minhas e o mesmo para mim. A mais velha teve o pai muito ausente, porque de dois em dois anos via o pai a ir embora e será um período que ele nunca vai recuperar e ela vai sentir isso sempre.	Temos de ter um período de adaptação, porque é um período que eu tenho as minhas rotinas, tudo organizado e ele chega e quer estar de férias.
Cônjuge 5 (C5)	Não tive.	Não.	Não.

ID	7.3.1. Quais as transformações vivenciadas?	7.3.2. Que sentimentos estiveram mais associados à renegociação de responsabilidades e papéis parentais?
Cônjuge 1 (C1)	A ausência permitiu aumentar a consciência da importância dos laços familiares e tornou mais difícil o processo de decisão de participação em futuras missões.	Compreensão para a nova situação familiar, diálogo permanente, aceitação e partilha das novas responsabilidades.
Cônjuge 2 (C2)	Foi basicamente aprender a tomar conta da filha.	Em relação a mim, sentia que existia um sentimento de "revolta", porque sentia que faltava ali a presença e o contributo dele para educar um recém-nascido apesar de saber que ele estava longe a contribuir principalmente monetariamente.
Cônjuge 3 (C3)	Agora reparei que certos comportamentos do meu marido, foram afetados, porque ele vivenciou casos em que as crianças no Afeganistão não tinham coisas simples, como remédios, comida e depois chegava a casa e via os filhos a fazerem birra por simples coisas, e aí ele tinha reações que se calhar uma pessoa que nunca tinha estado na situação dele no Afeganistão nunca se manifestava tão negativamente como ele por vezes se manifestava. E depois os centros comerciais faziam-lhe confusão, muita gente, porque achava tudo suspeito, porque o cenário do Afeganistão era complicado. Porque acima de tudo ele é que tinha de se integrar na rotina em Portugal, sendo por vezes difícil de retomar.	Não houve sentimentos nesse caso.
Cônjuge 4 (C4)	Senti que ele, nas primeiras noites estava mais nervoso, tinha dificuldades em dormir.	Não existiu.
Cônjuge 5 (C5)	Não houve.	Não houve problemas. Foi apenas procurar retomar as rotinas anteriores.

Apêndice E – ÁRVORE DE CATEGORIAS

	Categorias	Subcategorias		
A	Satisfação/Expetativas profissionais (militares e cônjuges)	<ul style="list-style-type: none"> • Equilíbrio financeiro e Sustentação da família • Ambição profissional • Realização pessoal e profissional • Descontentamento no trabalho 		
B	Implicações da vida militar	<ul style="list-style-type: none"> • Elevada frequência de deslocamentos • Ausência e afastamento • Falta de tempo para família 		
C	Influência de emoções	<ul style="list-style-type: none"> • Experiência • Duração e local da missão • Subsistema familiar • Tarefas/funções desempenhadas 		
D	Desafios/motivações	<ul style="list-style-type: none"> • Aquisição de novas experiências • Desenvolvimento pessoal e profissional • Testar capacidades • Lidar com a distância • Remuneração/compensação financeira 		
E	Mudanças sentidas (pré-deslocamento)	<ul style="list-style-type: none"> • Ausência e afastamento • Alteração de rotinas • Mudança na expressão de afetos • Gestão de problemas • Aproximação e partilha 		
F	Preocupações/sentimentos (deslocamento)	<ul style="list-style-type: none"> • Cumprimento da missão • Comunicar com a família • Gestão de problemas • Desconcentração e medo • Saudade/perda de eventos importantes 		
G	Mudanças sentidas (deslocamento)	<ul style="list-style-type: none"> • Alteração de rotinas • Gestão de problemas/aprendizagens • Aproximação e partilha • Mudança na expressão de afetos 		
H	Comunicação estabelecida	a. Recursos	b. Frequência	c. Significado
		<ul style="list-style-type: none"> • Internet • Telefone • Cartas 	<ul style="list-style-type: none"> • Todos os dias • Uma a duas vezes por semana • Poucas vezes 	
I	Mudanças sentidas (pós-deslocamento)	<ul style="list-style-type: none"> • Alteração de rotinas • Problemas Conjugais • Problemas na escola • Reação negativa dos filhos • Revolta e nervosismo 		
J	Reintegração após o deslocamento	<ul style="list-style-type: none"> • Antecipação do regresso • Readaptação no sistema familiar • Renegociação de responsabilidades/rotinas 		