



**UNIVERSIDADE  
FERNANDO  
PESSOA**

## **Crianças Expostas à Violência Doméstica: O Impacto da Violência Interparental - Projeto Vínculos Seguros**

[Children Exposed to Domestic Violence: The Impact of Interparental Violence – Safe  
Bonds Project]

Projeto de Graduação

Licenciatura em Criminologia

Maria João Baptista da Costa Antunes

Orientador(es):

Professora Doutora Ângela Marisa Cardoso Fernandes

Junho 2026



Maria João Baptista da Costa Antunes

105493@ufp.edu.pt

**Projeto de Graduação**

**Crianças Expostas à Violência Doméstica: O Impacto da Violência Interparental -  
Projeto Vínculos Seguros**

**Projeto de intervenção**

Universidade Fernando Pessoa

Faculdade de Ciências Humanas e Sociais

Porto, 2026

**Crianças Expostas à Violência Doméstica: O Impacto da Violência Interparental -  
Projeto Vínculos Seguros  
Projeto de intervenção**

---

(Maria João Baptista da Costa Antunes)

Projeto de Graduação apresentado à Faculdade de Ciências Humanas e Sociais, da Universidade Fernando Pessoa, como parte dos requisitos necessários para a obtenção do Grau de Licenciatura em Criminologia, sob a orientação da Professora Doutora Ângela Fernandes

## **Agradecimentos**

À Professora Doutora Ângela Fernandes, pela sua disponibilidade e apoio constante.

À Comissão de Proteção de Crianças e Jovens (CPCJ) de Lisboa Ocidental, pela oportunidade de aprendizagem e acolhimento.

À Força Aérea, aos meus chefes da Esquadra de Segurança e Proteção da Polícia Aérea do Comando Aéreo, ao atual Chefe do Estado-Maior da Força Aérea e ao Chefe do Estado-Maior General das Forças Armadas, pela compreensão demonstrada à realização da licenciatura.

Aos meus pais, por acreditarem sempre em mim.

À minha família, pelo apoio.

Ao meu namorado, Patrick, pela escuta e incentivo.

À minha prima, Catarina, pela ajuda nos momentos em que mais necessitei.

À cidade do Porto, pelos bons momentos ao longo deste percurso.

Por fim, a mim própria, por esta conquista tão desejada.



## **Resumo**

A violência doméstica constitui uma problemática social complexa, cujas consequências afetam também as crianças expostas à violência interpaparental. Estas crianças são, muitas das vezes, esquecidas, sendo frequentemente designadas como “vítimas secundárias”, como se a vivência desta violência não fosse direta. Contudo, a exposição a contextos de violência tem efeitos profundos no desenvolvimento da criança e a comunidade tem a responsabilidade de adotar medidas de prevenção e a devida intervenção.

Os estudos que evidenciam os danos provocados nas crianças vítimas, referem consequências graves como impactos psicológicos, emocionais, comportamentais, de saúde e socioeconómicos podendo ainda contribuir para a transmissão intergeracional da violência e, de certa forma, afeta a sua capacidade de estabelecer relações seguras ao longo da vida.

Neste contexto, é apresentado o “Projeto Vínculos Seguros”, uma intervenção dirigida a crianças vítimas de violência interpaparental e aos seus progenitores vítimas, que integra um conjunto de sessões estruturadas. O projeto visa promover o seu bem-estar geral e o vínculo afetivo entre progenitor-filho, reduzindo o impacto da exposição das crianças à violência.

Desta forma, espera-se que a intervenção contribua para uma resposta mais integrada às necessidades das crianças expostas à violência interpaparental e do seu progenitor vítima, promovendo, assim, fatores de proteção, relações parentais mais fortes e seguras, o desenvolvimento saudável das crianças e a prevenção de futuras situações de violência.

**Palavras-chave:** violência, violência interpaparental, crianças, intervenção

## **Abstract**

Domestic violence is a complex social issue whose consequences also affect children exposed to interparental violence. These children are often overlooked and frequently referred to as “secondary victims”, as though their experience of violence were not direct. However, exposure to violent environments has profound effects on children’s development, and society has a responsibility to adopt preventive measures and ensure appropriate intervention.

Studies examining the impact of interparental violence on child victims identify serious psychological, emotional, behavioural, health-related and socioeconomic impacts, which may also contribute to the intergenerational transmission of violence and negatively affect children’s ability to establish secure relationships throughout their lives.

In this context, the “Safe Bonds Project” is presented as an intervention designed for children who are victims of interparental violence and their victimised parents. The project comprises a series of structured sessions aimed at promoting children’s overall well-being and strengthening the parent-child emotional bond, thereby reducing the negative impact of children’s exposure to violence.

It is expected that this intervention will contribute to a more integrated response to the needs of children exposed to interparental violence and their victimised parents by promoting protective factors, strengthening safer and more positive parent-child relationships, supporting healthy child development, and helping to prevent future cycles of violence.

**Key words:** violence, interparental violence, children, intervention

## Índice

|                                                                                                    |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Introdução .....                                                                                   | 1  |
| 1 Enquadramento Teórico .....                                                                      | 2  |
| 1.1 Violência Doméstica .....                                                                      | 2  |
| 1.1.1 Prevalência em Portugal.....                                                                 | 2  |
| 1.1.2 Enquadramento legal, internacional e nacional.....                                           | 3  |
| 1.2 Os Direitos das crianças.....                                                                  | 3  |
| 1.3 Competências parentais .....                                                                   | 4  |
| 1.3.1 Efeitos dos impactos das crianças expostas à violência interparental.....                    | 5  |
| 2 Contribuição Empírica .....                                                                      | 7  |
| 2.1 Metodologia.....                                                                               | 7  |
| 2.1.1 Diagnóstico das necessidades.....                                                            | 7  |
| 2.1.2 Objetivo geral.....                                                                          | 8  |
| 2.1.3 Objetivos específicos.....                                                                   | 8  |
| 2.2 Estrutura do projeto .....                                                                     | 9  |
| 2.2.1 Fase I- Diagnóstico.....                                                                     | 9  |
| 2.2.2 Fase II- Implementação .....                                                                 | 9  |
| 2.2.3 Fase III- Avaliação .....                                                                    | 9  |
| 2.3 População- Alvo.....                                                                           | 9  |
| 2.3.1 Critérios de inclusão.....                                                                   | 9  |
| 2.3.2 Critérios de exclusão .....                                                                  | 10 |
| 2.4 Sessões .....                                                                                  | 10 |
| 2.4.1 Primeira sessão: Quebra-Gelo .....                                                           | 11 |
| 2.4.2 Segunda sessão: Árvore da vida (grupo crianças).....                                         | 11 |
| 2.4.3 Segunda sessão: Árvore da vida (grupo progenitores).....                                     | 12 |
| 2.4.4 Terceira sessão: Teatro de Fantoques (grupo crianças) .....                                  | 12 |
| 2.4.5 Terceira sessão: Vínculos afetivos (grupo progenitores) .....                                | 12 |
| 2.4.6 Quarta Sessão: As emoções (grupo crianças e progenitores).....                               | 12 |
| 2.4.7 Quinta sessão: Psicoeducação sobre o sistema de justiça (grupo crianças e progenitores)..... | 12 |

|                                                                                         |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 2.4.8 Sexta sessão: Despedida.....                                                      | 13 |
| 2.5 Recursos.....                                                                       | 13 |
| 2.5.1 Recursos Humanos.....                                                             | 13 |
| 2.5.2 Recursos materiais.....                                                           | 13 |
| 2.5.3 Recursos financeiros .....                                                        | 13 |
| 2.6 Avaliação e Resultados Esperados .....                                              | 14 |
| 2.6.1 Método de avaliação.....                                                          | 14 |
| 2.6.2 Instrumentos de recolha de dados .....                                            | 14 |
| 2.6.3 Análise dos Dados .....                                                           | 15 |
| 2.6.4 Resultados Esperados.....                                                         | 15 |
| 2.7 Questões éticas .....                                                               | 16 |
| Conclusão .....                                                                         | 17 |
| Referências Bibliográficas.....                                                         | 19 |
| Anexos                                                                                  |    |
| Anexo A – Entrevista Diagnóstica                                                        |    |
| Anexo B – Descrição das sessões                                                         |    |
| Anexo C – Questionário de Avaliação Pré-teste/ Pós teste (versão crianças 6 aos 8 anos) |    |
| Anexo D – Questionário de Avaliação Pré-teste/ Pós teste                                |    |
| Anexo E – Perguntas específicas (Pós teste)                                             |    |
| Anexo F – Termo de Consentimento                                                        |    |
| Anexo G – Termo de Assentimento do Menor                                                |    |

## **Índice de anexos**

Anexo A – Entrevista Diagnóstica

Anexo B – Descrição das sessões

Anexo C – Questionário de Avaliação Pré-teste/Pós-teste (versão crianças 6 aos 8 anos)

Anexo D – Questionário de Avaliação Pré-teste/Pós-teste

Anexo E – Perguntas específicas (Pós-teste)

Anexo F – Termo de Consentimento do Progenitor/Representante Legal

Anexo G – Termo de assentimento do Menor



## Introdução

A Violência Doméstica constitui uma problemática social e um fenómeno complexo e comum em todo o mundo (Fong, Hawes, & Allen, 2017). Apesar das diversas intervenções existentes, esta problemática continua a revelar elevados números em Portugal. Segundo o Relatório Anual de Segurança Interna (RASI, 2025), foram registadas 29.644 participações por violência doméstica, mantendo-se este crime entre os mais reportados no país.

Além disso, este fenómeno afeta igualmente as crianças expostas à violência interparental, enquanto manifestação da violência doméstica, cuja vitimação continua, muitas vezes, a ser desvalorizada ou entendida como indireta, apresentando diversos efeitos para o seu desenvolvimento como consequências psicológicas, emocionais e/ou físicas, que podem ser ou não de perceção imediata (Coutinho & Sani, 2008).

O presente trabalho deriva da experiência que fui adquirindo ao longo do meu estágio na Comissão de Proteção de Crianças e Jovens de Lisboa Ocidental. Durante este período, foi possível observar durante uma reunião da Comissão Alargada que existe uma tendência de aumento todos os anos para a Sinalização detalhada como *Violência Doméstica e Familiar*, e por sua vez, surgiu a necessidade de melhor conhecer esta realidade para poder intervir.

Assim surge o Projeto Vínculos Seguros que propõe uma intervenção com o intuito de auxiliar as crianças expostas à violência interparental e aos seus progenitores vítimas, capacitando-os para lidar com esta problemática encontrando estratégias de capacitação parental e autoconhecimento e autoestima. Neste contexto, a intervenção é realizada através de várias sessões de intervenção direcionados às crianças, mas também aos seus progenitores que são vítimas, no âmbito de apoio comunitário, junto de profissionais da Comissão de Proteção de Crianças e Jovens (CPCJ), onde se pretende contribuir para o bem-estar familiar e para a proteção das crianças.

Assim sendo, o trabalho encontra-se dividido em dois grandes momentos. Numa primeira fase, é apresentado o enquadramento teórico da problemática e da exposição das crianças à violência interparental. Numa segunda fase, é apresentada a componente empírica do trabalho, que sustenta a criação do Projeto Vínculos Seguros.

## **1 Enquadramento Teórico**

### **1.1 Violência Doméstica**

Definida globalmente como um comportamento violento continuado, direta ou indiretamente, sobre qualquer pessoa que habite no mesmo agregado familiar (Guerra, 2016). Constitui-se um problema social de clara relevância, desta forma, deve ser um fenómeno estudado e combatido por todas as áreas e setores de forma integrada.

O facto de as crianças vivenciarem um espaço de violência neste ambiente familiar, alguns comportamentos e/ou atitudes exteriorizadas pelas crianças podem indiciar que as mesmas se inscrevem em contextos de violência doméstica (Comissão Nacional de Promoção dos Direitos e Proteção das Crianças e Jovens [CNPDPDJ], s.d.). É, assim, fundamental conhecer as expressões da problemática, bem como os procedimentos e os recursos que permitam zelar e promover o bem-estar, a qualidade de vida e a segurança das crianças vítimas de violência doméstica [VD], tendo assim, direito a uma intervenção que não aumente os riscos e assegure a seguranças destas vítimas (CNPDPDJ, s.d.).

Segundo Manita e colaboradores (2009), existem vários impactos e consequências traumáticas da VD, nomeadamente: danos físicos e cerebrais que por vezes são irreversíveis; perturbações alimentares e alterações de sono; alteração da imagem corporal; disfunções sexuais; perturbações cognitivas, memória, ansiedade, ataques de pânico, medos e fobias; sentimentos de culpa e vergonha; baixos níveis de autoestima; dependência e vulnerabilidade, desinteresse e comportamentos depressivos.

No atual projeto de intervenção, considera-se a exposição da criança à situação de violência em todas as suas formas (e.g. abuso físico, emocional), o seu bem-estar, o impacto deste dano e potenciais danos futuros, o sentido de responsabilidade, a capacidade de comunicar com a criança para extrair da melhor forma as suas experiências e recursos de suporte que possui e o sentimento de segurança e proteção (Associação de Mulheres Contra a Violência [AMCV], 2013).

#### **1.1.1 Prevalência em Portugal**

De acordo com os dados do Relatório Anual de Segurança Interna (RASI), em 2025, a VD registou 29.644 participações, representando uma diminuição de 577 casos. No entanto, houve um aumento de 8,6% de violência doméstica contra menores representando 1.112 casos (RASI, 2025).

Segundo os dados apresentados pela Associação de Apoio à vítima (APAV, 2025), em 2024, foram apoiadas 11.993 vítimas, um número que representa um crescimento de 29,3% face a 2021 (9.275 vítimas), foram 7.337 crianças vítimas de VD e apoiadas na APAV durante este período.

A VD continua a ter o maior número de sinalizações, tanto na APAV como na CPCJ. Segundo a APAV, em 2025, 73,9% dos crimes são de VD. As crianças vítimas, têm uma média de 10 anos, maioridade é do sexo feminino (58,1%) e possuem 60,4% de casos de VD. Já na CPCJ (2025), no ano de 2024, a VD teve 17 295 casos, representando 27,5% do total. A violência doméstica também tem uma incidência inversamente proporcional à idade, sendo mais elevada entre crianças mais novas. Ou seja, a incidência diminui conforme os grupos etários aumentam. Estes dados revelam que a violência doméstica é das situações de perigo mais frequentes que conduzem à aplicação de medida pelas CPCJ.

### **1.1.2 Enquadramento legal, internacional e nacional**

Atualmente, a VD é reconhecida como uma questão de Direitos Humanos e de Cidadania, sendo alvo de preocupação de instrumentos internacionais, nomeadamente na Declaração Universal dos Direitos Humanos, aprovada pelas Nações Unidas em 1948, na Convenção sobre todas as Formas de Discriminação Contra as Mulheres de 1979 e Recomendação Interpretativa da mesma, na Declaração de Sevilha sobre Violência, aprovada pela UNESCO em 1986, na Declaração das Nações Unidas sobre a Violência Contra as Mulheres, de 1993, e na Convenção do Conselho da Europa para a Prevenção e o Combate à Violência Doméstica, de 2011 (Convenção de Istambul).

Em território nacional, a VD encontra-se tipificada no art. 152.º do Código Penal, abrangendo condutas de maus-tratos físicos, psicológicos e sexuais praticadas em contextos de relações familiares ou equiparadas (Código Penal, 2023). A autonomização deste crime no ordenamento jurídicos português demonstrou uma crescente preocupação na proteção das vítimas, nomeadamente através da consagração da VD como crime público, ou seja, o procedimento criminal não está dependente de queixa por parte da vítima, sendo que basta uma denúncia para que o Ministério Público promova o processo.

## **1.2 Os Direitos das crianças**

A preocupação internacional com os direitos e a proteção da criança intensificou-se após a II Guerra Mundial, conduzindo à criação do Fundo das Nações Unidas (UNICEF), em 1946, com o objetivo de atender as necessidades das crianças da Europa e da China

afetados pela guerra. Posteriormente, a UNICEF expandiu-se mundialmente atuando de maneira a dispor serviços de saúde, educação, nutrição e bem-estar. Nesse contexto, adota-se a Convenção sobre os Direitos da Criança (CDC), ratificada por Portugal em setembro de 1990, onde reconhece a importância e da especificidade da infância e da juventude, a quem se deve garantir proteção, assegurando o desenvolvimento harmonioso e integral da criança. A CDC assenta em princípios essenciais como: a não discriminação; o interesse superior da criança deve ser uma consideração prioritária em todas as ações e decisões que lhe digam respeito; acesso a serviços básicos e à igualdade de oportunidades para que as crianças possam desenvolver-se plenamente; a opinião da criança significa que a voz das crianças deve ser ouvida e tida em conta em todos os assuntos que se relacionem com os seus direitos (Sousa, 2013; Comité Português para a UNICEF, 2019).

Em 1996, o Conselho da Europa elabora a nova Convenção Europeia sobre os Direitos das Crianças com a finalidade de garantir as condições necessárias para o exercício dos direitos da criança, visando promover o seu interesse superior (Sousa, 2013).

Segundo a alteração introduzida pela Lei n.º 57/2021, art.2.º, passou a reconhecer como vítimas diretas as crianças expostas à violência doméstica, mesmo que estas não sejam alvo de agressões físicas, passando a existir um maior reconhecimento crescente da criança, visando promover o seu interesse superior. Adicionalmente, as crianças também têm o Estatuto Especialmente Vulnerável para crianças vítimas deste crime, introduzida pela lei n.º 130/2015.

### **1.3 Competências parentais**

Segundo Delgado (2006, citado por Sousa, 2013), é fundamental ter em conta a relevância das competências parentais para que haja um correto desenvolvimento das crianças, considerando a importância e a relevância que é a família na nossa sociedade. Assim sendo, é necessário que os pais assegurem as necessidades básicas das crianças, como assegurar a afetividade, a sua segurança, estabelecimento de regras e limites de estabilidade. Contudo, esta realidade não acontece nas famílias onde existe violência, neste sentido, não protegem os seus filhos, apresentando dificuldades em responder de forma adequada e positiva às necessidades da criança. Uma criança que viva no seio de uma família desestruturada, em que necessita dos seus cuidados básicos e que colocam os seus filhos em situações de padrões extremos repetitivos, poderá enfrentar desafio na sua vida adulta (Delgado 2006, citado por Sousa, 2013).

### **1.3.1 Efeitos dos impactos das crianças expostas à violência interparental**

De acordo com Machado e Gonçalves (2003), citado por Sousa (2013), as crianças são também consideradas vítimas ao testemunharem violência entre os pais, mesmo que não sejam alvo direto das agressões, “desta forma iniciam um processo de aprendizagem da violência como um modo de estar e de viver e, na idade adulta, poderão reproduzir o modelo, para além de que a violência lhes provoca sofrimento emocional e os correspondentes problemas” (p.44).

A Violência Interparental, pode ser enquadrada como violência doméstica, sendo a violência designada entre pais ou os cuidadores expondo as crianças a esta intimação, prejudicando o seu desenvolvimento, constituindo ainda um fator de risco para a replicação de dinâmicas relacionais violentas no futuro (Ordem dos Psicólogos Portugueses, 2020).

Esta exposição, é consensualmente considerada uma experiência adversa potencialmente traumática, ora, a criança que está exposta, observa, ouve ou tem conhecimento de atos de violência praticados contra a vítima que pode prejudicar a sua sensação de segurança, estabilidade e vínculo, por representar uma ameaça real ou percebida à vida ou ao bem-estar destes(as) ou de alguém próximo à criança (Child Welfare Committee, National Child Traumatic Stress Network, 2013).

As crianças podem começar a dar sinais de serem ou de terem sido vítimas de violência interparental ao demonstrarem determinados comportamentos, de acordo com o Guia de Intervenção Junto de Crianças ou Jovens Vítimas de VD (XXII Governo Constitucional, 2020), tais como: o absentismo escolar; a baixa autoestima, os baixos índices de confiança; os comportamentos agressivos, quer verbais, quer físicos; comportamentos com alterações significativas; dificuldades e/ou perturbações no desenvolvimento e relações sociais; transtornos alimentares; consumo de substâncias ilícitas; comportamentos antissociais; comportamentos que coloquem em causa a sua pessoa, como por exemplo, a automutilação. Estes comportamentos podem manifestar-se em momentos temporais distintos (i.e., imediatos, médio e/ou longo prazo), o que incapacita o reconhecimento de um perfil único e homogêneo do dano, demonstrando percursos múltiplos de causalidade (XXII Governo Constitucional, 2020).

Já a Ordem dos Psicólogos (2020), diz-nos que, as crianças até aos 6 anos, podem apresentar queixas físicas, nomeadamente dores de barriga, reações de medo, alterações do sono ou do comportamento alimentar. Podem sentir mais dependência do adulto, mais irritáveis e podem ainda manifestar comportamentos de uma fase de desenvolvimento anterior, por exemplo chuchar no dedo ou voltar a fazer xixi na cama. Já as crianças na faixa etária dos 6 e os 12 anos, manifestam-se mais agitadas e com alguma dificuldade em concentrarem-se, ou apatia e falta de energia. Podem demonstrar culpabilização pela violência, revelando tristeza e aborrecimento, mostrando-se menos interessadas nas aprendizagens da escola e distração (Ordem dos Psicólogos Portugueses, 2020).

A criança, para além de ser afetada pelo impacto direto, é também afetada de forma indireta pela interferência da violência no funcionamento global familiar (Alves et al., 2019), e quando a família não consegue sustentar, adequadamente as suas funções, ocorrem diversos problemas, deixando de ser um lugar seguro para a criança que cresce neste ambiente instável (Sani, 2006).

A literatura na área da vitimação infantil revela que as dinâmicas de vitimação da violência, apesar de muito diferentes de casal para casal, podem afetar profundamente as crianças sobretudo a nível psicológico (Sani, 2011), mas também, a nível emocional, físico e comportamental (Ordem dos Psicólogos Portugueses, 2020), sendo precursor de um impacto negativo e a existência de problemas significativos a outros níveis como dificuldade de relacionar-se com os pares, resolver problemas e desenvolver competências sócio emocionais; replicar modelos de relação em que predominam as dinâmicas violentas (Ordem dos Psicólogos Portugueses, 2020), assim como ser *bullier* ou vítima de bullying (Children's Commissioner, 2018). Ainda assim, independentemente do seu estatuto socioeconómico, são presumíveis nestas crianças a confusão, a insegurança, a revolta, o medo, o desenvolvimento das suas competências físicas, cognitivas e sócio emocionais, tornando as pessoas mais inseguras e com problemas de comportamento (Sousa, 2013).

Assim, alguns estudos indicam que existe uma maior probabilidade de estas vivências estarem relacionadas a comportamentos posteriores de agressão. Contudo, são indicadores que estão interligados a características psicológicas e psicossociais das vítimas, pois segundo a DGS (2014), “apresentam um continuum em que algumas [crianças] podem demonstrar uma enorme resiliência enquanto outras mostram sinais

significativos de perturbação no seu desenvolvimento” (p.65), neste contexto, fatores de proteção como vínculos com figuras significativas (adultos e pares), autoestima ou inteligência são alguns fatores de proteção contra os efeitos adversos da exposição à violência interparental (DGS, 2014).

## **2 Contribuição Empírica**

### **2.1 Metodologia**

O presente projeto de intervenção baseia-se em literatura científica, bem como da minha experiência da observação não participante desenvolvida junto de todos os casos de VD em que tive a oportunidade de acompanhar no meu estágio curricular na CPCJ Lisboa Ocidental.

#### **2.1.1 Diagnóstico das necessidades**

O diagnóstico de necessidades constitui uma fase prévia à definição da intervenção, tendo como objetivo identificar e compreender a problemática em análise. Esta fase baseou-se na observação realizada entre fevereiro e maio de 2026, no acompanhamento de situações de violência doméstica sinalizadas na CPCJ, bem como na informação recolhida através de uma entrevista semiestruturada [Anexo A] a uma profissional da Comissão de Proteção de Crianças e Jovens com experiência na área da Problemática designada *Exposição a Violência Doméstica*. A entrevista teve como finalidade compreender a perceção da profissional relativamente a este fenómeno, aos impactos da exposição das crianças a estes contextos e a identificação das necessidades. Apesar de ter detetado esta problemática através da observação em contexto de estágio, a entrevista é um meio essencial para compreender as necessidades sentidas.

Deste modo, permitiu identificar que uma parte significativa dos processos de promoção e proteção que esta CPCJ recebe, está relacionada com a exposição das crianças à violência interparental, demonstrando a relevância crescente desta problemática no contexto da proteção infantil “*sinto que grande parte dos processos de promoção e proteção são instaurados com a problemática da exposição das crianças a situações de violência doméstica entre os progenitores (...) basta analisar os Relatórios Anuais de Avaliação das Atividades das CPCJ para perceber que tem havido mais sinalizações destas nos últimos anos.*” – (Técnica entrevistada)

No decorrer da entrevista, foi identificada a importância do acompanhamento psicológico e do fortalecimento da resiliência familiar enquanto fatores fundamentais na minimização dos impactos da violência interparental nas crianças *“A resiliência e o acompanhamento psicológico para os pais e para os filhos nestas situações sejam as principais fontes de ajuda (...)”* – (Técnica entrevistada)

A técnica ainda considerou pertinente a criação de programas de capacitação parental para redução dos impactos da violência doméstica *“Sem dúvida, programas de capacitação parental (...) poderia ajudar a minimizar o impacto destas situações na vida das crianças.”* – (Técnica entrevistada)

A análise da entrevista permitiu compreender que, apesar da evolução institucional verificada nos últimos anos, continua a existir a necessidade de desenvolver respostas que intervenham em crianças expostas à violência interparental e aos seus progenitores.

### **2.1.2 Objetivo geral**

Consiste em criar um programa de prevenção secundária, de carácter remediativo, dirigido a crianças expostas à violência interparental e aos seus progenitores vítimas, promovendo o seu bem-estar emocional, a capacitação parental e a prevenção dos impactos negativos associados à exposição à violência interparental.

### **2.1.3 Objetivos específicos**

De forma a concretizar o objetivo geral acima definido, o presente projeto de intervenção estabelece os seguintes objetivos específicos:

- Aumentar a capacidade de identificação, expressão e regulação emocional das crianças e dos progenitores;
- Promover a autoestima, a valorização pessoal e o reconhecimento das capacidades necessárias para a mudança;
- Fortalecer os vínculos afetivos entre o progenitor e a criança;
- Promover a compreensão das crianças e dos progenitores acerca dos processos judiciais, reduzindo a ansiedade e aumentar a sensação de segurança.

## **2.2 Estrutura do projeto**

### **2.2.1 Fase I- Diagnóstico**

A fase do diagnóstico, decorre na primeira semana e corresponde ao marco inicial do projeto, tendo como principal objetivo a recolha de informação para o projeto. Nesta fase, procede-se ao contacto com a CPCJ e a articulação com a mesma, a identificação dos potenciais participantes que estejam expostos à dinâmica *Violência Doméstica e Familiar*, à verificação dos critérios de inclusão e exclusão através dos profissionais da CPCJ.

### **2.2.2 Fase II- Implementação**

A fase de implementação engloba o desenvolvimento do projeto. Na segunda semana realiza-se a primeira sessão, durante a qual são recolhidos os consentimentos e assentimentos informados e aplicação dos instrumentos de avaliação inicial (pré-teste). Após isto, segue-se as sessões seguintes de intervenção até à sexta semana.

### **2.2.3 Fase III- Avaliação**

A fase da avaliação corresponde à fase final, na sétima semana, onde se realiza a aplicação dos instrumentos de avaliação final (pós-teste) na última sessão, assim como à recolha de feedback dos participantes e à análise e interpretação dos respetivos dados.

## **2.3 População- Alvo**

Existe a perceção de que as crianças mais novas poderão não ser afetadas pela exposição à violência na família, pois na maioria dos casos não compreendem o que se passa (Sani, 2006), logo, o projeto destina-se a crianças, dos 6 aos 10 anos de idade e aos seus progenitores vítimas.

### **2.3.1 Critérios de inclusão**

É necessário avaliar se as experiências individuais, os objetivos e as necessidades pessoais são coerentes com os objetivos da intervenção, ainda que as suas experiências de vida e recursos pessoais, sociais e económicos possam ser distintas (NCVC, 2009).

Para a integração desta intervenção importa atender aos seguintes critérios de inclusão: (1) Crianças com idades estabelecidas entre os 6 e os 10 anos de idade; (2) Crianças sinalizadas na CPCJ pela dinâmica *Exposição à Violência Doméstica*, cuja situação de

vitimização tenha já cessado; e (3) Sem sintomatologia clinicamente significativa (Doenças graves do foro psiquiátrico) – analisada pelo Psicólogo em contexto da CPCJ.

### **2.3.2 Critérios de exclusão**

Existem algumas exceções em que a intervenção possa não ser a mais adequada para a vítima, como por exemplo, poderá estar mais fragilizada devido às dificuldades maternas, necessitar de algum suporte económico ou suporte legal, nesse caso, devem ser apresentadas outras alternativas a esta intervenção, de forma que a vítima se sinta acolhida e informada dos seus direitos (NCVC, 2009). Assim, poderão formar-se os seguintes critérios de exclusão: (1) Crianças e/ou Adultos com sintomatologia moderada a severa, evidência de problemas psiquiátricos (ex: depressão) e comportamentos suicida – avaliada em contexto da CPCJ pelo Psicólogo; (2) Uso de substâncias; e (3) Coabitar com o agressor: a manutenção da relação compromete a eficácia da intervenção.

## **2.4 Sessões**

O progenitor e o menor estão presentes em todas as sessões, uma vez que uma das dificuldades inerentes à implementação dos participantes, é o facto do progenitor não ter a quem confiar os seus filhos no período em que se deslocam às sessões (McBride, 2001). As sessões são realizadas em separado, com diferentes técnicos, sendo um grupo os progenitores e outro grupo as crianças e são realizadas com dinâmicas idênticas.

A literatura sugere que os grupos sejam constituídos entre 8 a 12 pessoas, uma vez que favorece a criatividade e o dinamismo (Kurtz, 1997; Segurado, 1993; Tutty, Bidgood & Rothery, 1996, citado por, CIG, 2011). No entanto, um número entre 6 a 14 participantes é também aceitável (CIG, 2011), assim sendo, cada grupo é constituído pelo menos por 6 pessoas e no máximo 12 pessoas, por grupo, para que haja tempo de trabalhar com todos os participantes.

O trabalho em grupo tem vários benefícios, ajuda no desenvolvimento social e “partilham uma identidade comum e procuram soluções para os mesmos problemas” (Martins et al., 2008, p.39), permite receber apoio emocional, validar as suas experiências, bem como compreender que o seu problema não é o único e que existem outras alternativas para ultrapassar esta situação (Tutty et al., 1993), tornando-se um modelo acessível em termos de implementação e económico (Alves et al., 2019), e ainda um suporte necessário para a tomada de decisões (Matos et al., 2012).

O projeto de intervenção não permite a entrada de participantes a qualquer altura, assim sendo, é um grupo fechado, que quando reunidas o número suficiente de pessoas, a intervenção inicia. Este formato de grupo fechado permite que o facilitador mantenha contacto regular com as vítimas, mantendo uma consistente adesão de participantes e ajuda a que as pessoas compartilhem os seus pensamentos e sentimentos com segurança à medida que o grupo avança, promovendo a coesão dos membros (The National Center for Victims of Crime, 2009).

São realizadas 6 sessões [Anexo B], para que não seja um compromisso pesado para os participantes (CIG, 2011), uma vez por semana, uma vez que se constitui como a regularidade mais adequada, criando apoio e motivação adequada para a partilha de informação (CIG, 2011) e têm uma duração variável de 50 minutos a 1h30 (uma hora e trinta minutos). Relativamente aos horários, existe um horário específico, no entanto, pode ser sempre articulado conforme as disponibilidades de todos os envolvidos.

O local é determinante para que a intervenção se desenvolva de forma segura e agradável para as vítimas membros (The National Center for Victims of Crime, 2009). Deve-se ter em conta a iluminação, a ventilação do espaço, a segurança do mesmo e as suas condições, garantindo que as atividades decorrem com normalidade.

#### **2.4.1 Primeira sessão: Quebra-Gelo**

Objetivo geral: Promover a adaptação das crianças e progenitores ao programa de intervenção.

Objetivos específicos: promover a adesão ao programa; promover ambiente seguro e de confiança; explicar regras e o funcionamento do projeto; criar interações positivas entre os participantes.

#### **2.4.2 Segunda sessão: Árvore da vida (grupo crianças)**

Objetivo geral: Promover a autoestima, a valorização pessoal e o reconhecimento das capacidades necessárias para a mudança;

Objetivo específico: reconhecer forças e competências pessoais; valorizar competências; reconhecer recursos internos e externos; reforçar identidade positiva.

### **2.4.3 Segunda sessão: Árvore da vida (grupo progenitores)**

Objetivo geral: Promover a autoestima, a valorização pessoal e o reconhecimento das capacidades necessárias para a mudança;

Objetivo específico: Identificar forças e competências pessoais; promover esperança e perspectiva de futuro.

### **2.4.4 Terceira sessão: Teatro de Fantoches (grupo crianças)**

Objetivo geral: Aumentar a capacidade de identificação, expressão e regulação emocional das crianças;

Objetivo específico: Validar as emoções associadas a conflitos; desenvolver a capacidade de reconhecer emoções;

### **2.4.5 Terceira sessão: Vínculos afetivos (grupo progenitores)**

Objetivo geral: Melhorar os vínculos afetivos entre o progenitor e a criança.

Objetivo específico: Identificar preocupações parentais e questões levantadas sobre problemas que eles têm na comunicação com os seus filhos.

### **2.4.6 Quarta Sessão: As emoções (grupo crianças e progenitores)**

Objetivo geral: Aumentar a capacidade de identificação, expressão e regulação emocional dos participantes.

Objetivo específico: Aprender e reconhecer as variadas emoções; promover competências sócio emocionais; para os progenitores: refletir sobre o impacto das emoções na relação com os filhos.

### **2.4.7 Quinta sessão: Psicoeducação sobre o sistema de justiça (grupo crianças e progenitores)**

Objetivo geral: Promover a compreensão das crianças e dos progenitores acerca dos processos judiciais, reduzindo a ansiedade e aumentar a sensação de segurança.

Objetivos específicos: Reduzir a ansiedade da criança; promover a compreensão básica do processo judicial; para o progenitor: Preparar acompanhamento da criança; reforçar competências parentais.

#### **2.4.8 Sexta sessão: Despedida**

Objetivo geral: O objetivo desta sessão é sobre recolher feedback. É solicitado aos participantes para preencherem um questionário.

Objetivo específico: Recolher feedback; promover reflexão.

### **2.5 Recursos**

#### **2.5.1 Recursos Humanos**

Para a operacionalização destas sessões, foi necessário estabelecer parceria com a CPCJLO, uma vez o projeto decorre no âmbito da CPCJ e nas instalações desta instituição.

Foram necessários sete profissionais que trabalhem diretamente na CPCJ de Lisboa Ocidental ou outra CPCJ na área de Lisboa. Estes profissionais participam voluntariamente e serão selecionados com base na sua experiência, nomeadamente com experiência na área da Violência Doméstica e Familiar ou nas Secções Especializadas Integradas de Violência Doméstica (SEIVD). Destes sete profissionais, dois serão suplentes para assegurar a continuidade do projeto em caso de impedimento de outro profissional.

#### **2.5.2 Recursos materiais**

No que concerne aos materiais necessários como salas amplas, cadeiras, coluna, microfone e computador foram providenciados pela CPCJ. Para a concretização das atividades propostas serão ainda necessários diversos materiais pedagógicos e de pintura como: fantoches; cenário de fantoches; livro “O João vai ao tribunal”; quadro, giz; figuras dos profissionais no tribunal; folhas A4; tesouras; cola; tintas; aguarelas; jornais; revistas; bolas coloridas; caixas para bolas; lápis de cor; canetas de feltro; cartões ilustrativos de emoções.

#### **2.5.3 Recursos financeiros**

Já a nível de recursos financeiros, foi estipulado um orçamento para aquisição de materiais educativos e materiais de pintura. O orçamento está avaliado em 1000 € e foi

definido com base em materiais específicos que serão necessários para a realização das atividades propostas. Trata-se de um valor flexível.

## **2.6 Avaliação e Resultados Esperados**

A avaliação é uma etapa essencial, na medida em que proporciona compreender as mudanças alcançadas, possibilitando reajustar o projeto caso este venha a ser replicado (Alves et al., 2019).

### **2.6.1 Método de avaliação**

O presente projeto de intervenção assenta numa abordagem metodológica quantitativa, recorrendo a um desenho pré-experimental de grupo único com avaliação pré e pós-teste. Este tipo de desenho permite a aplicação de instrumentos de recolha de dados antes da intervenção (T0) e após a sua conclusão (T1), permitindo analisar possíveis alterações nas variáveis em estudo e avaliar as eventuais melhorias do bem-estar dos participantes.

Apesar das potencialidades deste desenho para avaliar alterações ao longo do tempo, importa reconhecer as suas limitações ao nível da validade interna, uma vez que a inexistência de grupo de controlo impede a atribuição inequívoca das alterações observadas à intervenção realizada. A opção por este desenho justifica-se pelos constrangimentos éticos e institucionais inerentes ao trabalho com crianças expostas à violência doméstica e pela reduzida dimensão da amostra disponível.

A amostra será constituída pelas crianças expostas à violência interparental e aos respetivos progenitores vítimas, já acompanhados em contexto da CPCJ. A seleção dos participantes será realizada através de uma amostragem não probabilística por conveniência com base na acessibilidade aos casos. A dimensão da amostra é dependente da quantidade de participantes do projeto.

### **2.6.2 Instrumentos de recolha de dados**

Para a recolha de dados será utilizado um questionário estruturado, construído com base em dimensões adaptadas e inspiradas de instrumentos validados na literatura científica amplamente usados para a avaliação da regulação emocional, bem estar psicológico e comunicação parental, nomeadamente a *Difficulties in Emotion Regulation Scale* (DERS), desenvolvido por Gratz e Roemer (2004); *Psychological Well-Being Scale* de Ryff (1989) e a Escala de Avaliação da Comunicação na Parentalidade (COMPA), de

Portugal e Alberto (2010), em que avalia as percepções sobre os padrões de comunicação entre progenitores e filhos (Martins, 2021), tendo os itens sido adaptados à idade das crianças.

Com base nas dimensões identificadas nos instrumentos de referência, foi desenvolvido um questionário [Anexo C] destinado a crianças entre os 6 a 8 anos, adaptado à idade das mesmas com uma linguagem mais flexível, recorrendo a uma escala visual com *emojis*, sempre que necessário, o técnico procede à leitura das questões. Para as crianças com 9 e 10 anos e para os adultos, foi realizado um questionário estruturado [Anexo D] composto por itens de resposta fechada em escala de Likert de cinco pontos, aplicado em dois momentos distintos, antes da implementação do projeto (T0) e após o projeto (T1), com a aplicação de perguntas adicionais [Anexo E] no momento T1 relativamente à satisfação do projeto. Este instrumento visa a recolha de dados sobre o bem-estar emocional, a regulação emocional dos participantes e o vínculo familiar.

A aplicação será feita em contexto supervisionada, garantindo desta forma a leitura das questões (se for o caso), o anonimato e a proteção dos participantes.

### **2.6.3 Análise dos Dados**

Os dados obtidos serão analisados através de análises comparativas entre os momentos de (T0) e (T1) para avaliar variações nas dimensões em estudo, esperando identificar-se alterações positivas nas dimensões anteriormente referidas.

A avaliação da eficácia do projeto incide sobre quatro dimensões principais: (1) identificação e regulação emocional; (2) qualidade do vínculo progenitor-criança; (3) valorização pessoal e percepção de competências pessoais para lidar com dificuldades do quotidiano; e (4) redução da ansiedade associada aos processos judiciais. Para complementar, serão também considerados outros dados como a observação dos participantes pelos técnicos e o feedback fornecido ao longo do projeto.

### **2.6.4 Resultados Esperados**

Com a implementação do Projeto Vínculos Seguros, espera-se obter resultados positivos, manifestando-se uma melhoria na relação progenitor-filho, uma maior capacidade de identificação e regulação das emoções, bem como uma melhoria de autoestima e valorização pessoal, tal como evidenciou-se em programas desta natureza como o *Kids Club and Moms Empowerment - a health promotion program for children exposed to*

*family violence* (Graham-Bermann et al., 2007) e o *MPOWER* (Callaghan et al., 2019), que demonstraram efeitos positivos nesta direção.

Relativamente à componente do sistema judicial, prevê-se uma melhoria observável na compreensão do sistema judicial entre T0 e T1. Espera-se que haja uma maior compreensão das crianças e que os progenitores se sintam mais capacitados para comunicar com os filhos sobre estes processos. Deste modo, prevê-se uma redução da ansiedade e do medo conforme melhorias apontadas após a leitura do livro “O João vai ao Tribunal”, onde salienta que o processo judicial deve ser explicado às crianças de forma acessível (Guerreiro, 2016).

É expectável que haja uma melhoria observada nas pontuações relativas ao reconhecimento e regulação das emoções entre T0 e T1, pois na terceira e quarta sessão, pretende-se trabalhar a identificação e regulação das emoções, portanto, espera-se que se desenvolva a capacidade de reconhecer as emoções. Espera-se igualmente um aumento das pontuações relativas à confiança, autoestima, autoperceção de competências pessoais, à comunicação entre o progenitor e a criança e uma proximidade emocional entre T0 e T1, dado que pretende-se trabalhar a promoção da autoestima, o reconhecimento das capacidades necessárias para a mudança e competências pessoais e valorização pessoal na sessão dois, três e quatro.

Atende-se uma participação em, pelo menos, 80% das sessões, avaliadas através de um registo de assiduidade como forma indicadora do compromisso das pessoas ao programa, assim como a satisfação positiva de 80% dos participantes relativamente ao programa, avaliado através de perguntas de satisfação no momento T1.

Espera-se igualmente que a longo prazo, o impacto da intervenção seja positivo na vida dos participantes, esperando que haja uma melhoria significativa no seu bem-estar.

## **2.7 Questões éticas**

É imprescindível ter em conta a idade da criança e ao seu estado de desenvolvimento, às suas necessidades especiais e à sua vontade própria, fornecida através do consentimento informado do seu progenitor (Alves et al., 2019). A participação das crianças no projeto está dependente do consentimento informado [Anexo F] do progenitor ou representante legal. O menor não necessita do consentimento informado, mas tem de assentir [Anexo G] garantindo que a sua participação ocorre de forma voluntária.

## **Conclusão**

Ao longo deste trabalho, conseguimos compreender que a violência no contexto familiar afeta as crianças e a comunicação entre progenitor-criança, apresentando um fator relevante para o adequado bem-estar das vítimas e o desenvolvimento destas crianças, podendo levar a diversas consequências durante toda a sua vida. A família deve ser um espaço seguro para a criança, pois é o local determinante para a trajetória da vida desta, mas também é fundamental a comunidade não ser indiferente perante estes contextos, assumindo também um papel importante e preventivo nestas situações, devendo-se assim, continuar a mobilizar esta problemática a todas as famílias, mas também a toda a comunidade.

Durante o meu estágio curricular na CPCJLO, foi possível constatar os receios e os medos destas crianças expostas a este fenómeno, assim como a dificuldade em expressar-se sobre o que estava a acontecer e que mudanças estavam a ter nas suas vidas.

Importa reforçar que a violência interparental provoca um impacto direto nas crianças, frequentemente desvalorizado, porque muitas das vezes, caracterizam a criança como vítima indireta ou vítima secundária, dando-se a uma desvalorização do impacto que esta violência tem na vida destas.

Assim, é fundamental reconhecer socialmente a criança como vítima direta, promovendo uma consciencialização dos impactos que esta pode vir a ter no seu futuro, promovendo uma intervenção mais centrada nestes impactos.



## Referências Bibliográficas

- Alves, V., Gonçalves, M., Gomes, R., & Matos, M. (2019). *Violência doméstica: Intervenção em grupo com crianças e adolescentes: Manual para profissionais*. <https://www.caritasbraga.pt/wp-content/uploads/sites/2/2024/10/Violencia-Domestica-Intervencao-em-Grupo-com-Crianças-e-Adolescentes-Manual-para-Profissionais.pdf>
- Associação de Mulheres Contra a Violência. (2013). *Avaliação e gestão de risco em rede: Manual para profissionais*. AMCV.
- Associação Portuguesa de Apoio à Vítima. (2025, junho 4). *Violência doméstica: APAV apoiou 11.993 vítimas em 2024 – Um crescimento de 29,3% em apenas quatro anos*. <https://apav.pt/violencia-domestica-apav-apoiou-11-993-vitimas-em-2024-um-crescimento-de-293-em-apenas-quatro-anos/>
- Associação Portuguesa de Apoio à Vítima. (2025). *Estatísticas APAV: Relatório anual 2025*. APAV. [https://apavdata.blob.core.windows.net/publico/estatisticas/Relato%CC%81rio%20anual%20\(2025\)%20versa%CC%83o%20final.pdf](https://apavdata.blob.core.windows.net/publico/estatisticas/Relato%CC%81rio%20anual%20(2025)%20versa%CC%83o%20final.pdf)
- Callaghan, J. E. M., Fellin, L. C., & Alexander, J. H. (2019). Promoting resilience and agency in children and young people who have experienced domestic violence and abuse: The “MPOWER” intervention. *Journal of Family Violence*, 34, 521–537. <https://storre.stir.ac.uk/handle/1893/28307>
- Child Welfare Committee, National Child Traumatic Stress Network. (2013). *Child welfare trauma training toolkit: Comprehensive guide* (3rd ed.). National Center for Child Traumatic Stress.
- Children’s Commissioner. (2018). “Are they shouting because of me?” Voices of children living in households with domestic abuse, parental substance misuse and mental health issues. Children’s Commissioner for England.
- Comissão Nacional de Promoção dos Direitos e Proteção das Crianças e Jovens. (2022). *Projeto A Teu Lado*. CNPDPCJ <https://www.cnpdpcj.gov.pt/projeto-a-teu-lado->
- Comissão Nacional de Promoção dos Direitos e Proteção das Crianças e Jovens. (2025). *Avaliação da atividade das CPCJ: Relatório anual 2024*. <http://cnis.pt/wp-content/uploads/2025/05/Relat%C3%B3rio-Anual-Avalia%C3%A7%C3%A3o-Atividade-CPCJ-2024.pdf>
- Comissão Nacional de Promoção dos Direitos e Proteção das Crianças e Jovens. (s.d.). *Orientações técnicas VD: Guia de intervenção integrada junto de crianças ou jovens vítimas de violência doméstica*. CNPDPCJ.
- Comité Português para a UNICEF. (2019). *Convenção sobre os Direitos da Criança e Protocolos Facultativos*. Comité Português para a UNICEF. [https://www.unicef.pt/media/2766/unicef\\_convenc-a-o-dos-direitos-da-crianca.pdf](https://www.unicef.pt/media/2766/unicef_convenc-a-o-dos-direitos-da-crianca.pdf)

- Coutinho, J., Ribeiro, E., Ferreirinha, R., & Dias, P. (2010). Versão portuguesa da Escala de Dificuldades de Regulação Emocional e sua relação com sintomas psicopatológicos. *Revista de Psiquiatria Clínica*, 37(4), 145-151.
- Coutinho, M. J., & Sani, A. I. (2008). Evidência empírica na abordagem sobre as consequências da exposição à violência interpaparental. *Revista da Faculdade de Ciências da Saúde*, 5, 284-293. <https://bdigital.ufp.pt/entities/publication/caa869ad-4b7b-4a9a-b181-72e24f1aacad>
- Direção-Geral da Saúde. (2014). *Manual para profissionais: Violência doméstica* (pp. 65). [https://www.fenacerci.pt/web/publicacoes/outras/dgs\\_manual\\_profissionais.pdf](https://www.fenacerci.pt/web/publicacoes/outras/dgs_manual_profissionais.pdf)
- Edições Almedina. (2023). *Código Penal: Edição anotada (15.ª ed.)*. Almedina.
- Freire, R. M., Sousa, M. R., Pereira, F., & Martins, T. (2019). *Estudo das propriedades psicométricas da Escala de Bem-Estar Psicológico de 42 itens*. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, (21), 31–39. [https://www.academia.edu/115810908/Estudo\\_das\\_propriedades\\_psicométricas\\_da\\_Escala\\_de\\_Bem\\_Estar\\_Psicológico\\_de\\_42\\_itens](https://www.academia.edu/115810908/Estudo_das_propriedades_psicométricas_da_Escala_de_Bem_Estar_Psicológico_de_42_itens)
- Fong, V. C., Hawes, D. J., & Allen, J. L. (2019). A systematic review of risk and protective factors for externalizing problems in children exposed to intimate partner violence. *Trauma, Violence, & Abuse*, 20(2), 149–167. [https://discovery.ucl.ac.uk/id/eprint/1536275/1/Allen\\_DV\\_extproblems\\_Manuscript.pdf](https://discovery.ucl.ac.uk/id/eprint/1536275/1/Allen_DV_extproblems_Manuscript.pdf)
- Graham-Bermann, S. A., Lynch, S., Banyard, V., DeVoe, E. R., & Halabu, H. (2007). Community-based intervention for children exposed to intimate partner violence: An efficacy trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 75(2), 199–209. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.75.2.199>
- Guerra, P. (Coord.). (2016). *Violência doméstica: implicações sociológicas, psicológicas e jurídicas do fenómeno: Manual pluridisciplinar*. Centro de Estudos Judiciários & Comissão para a Cidadania e Igualdade de Género.
- Guerreiro, E. (2016). *O João vai ao tribunal* [Ilustrações de P. Cifuentes]. Conselho Regional de Lisboa da Ordem dos Advogados. <https://www.cnpdpcj.gov.pt/documents/10182/14804/O+Jo%C3%A3o+vai+ao+Tribunal/35716b07-8818-4dff-ac4a-ae13f0527e76>
- Histórias do Salta Letrinhas. (2020, Junho, 21). *O monstro das cores – História Infantil* [Vídeo]. Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=DKcvHIOR7u4>
- Lei n.º 130/2015, de 4 de setembro, da Assembleia da República. (2015). *Diário da República: 1.ª Série, n.º 173*. [diariodarepublica.pt/dr/legislacao-consolidada/lei/2015-70200875-70200855](https://diariodarepublica.pt/dr/legislacao-consolidada/lei/2015-70200875-70200855)

- Lei n.º 57/2021, de 16 de agosto, da Assembleia da República. (2021). *Diário da República: 1.ª Série, n.º 158*. [diariodarepublica.pt/dr/detalhe/lei/57-2021-169602019](http://diariodarepublica.pt/dr/detalhe/lei/57-2021-169602019)
- Machado, M. R., Peloso, F. C., Diehl, A. B. R. P., & Mosmann, C. P. (2025). *Propriedades psicométricas da Escala de Dificuldades de Regulação Emocional para adolescentes*. *Psicologia Clínica*, 37, e016. <https://pepsic.bvsalud.org/pdf/pc/v37/0103-5665-pconline-37-e016.pdf>
- Manita, C. Ribeiro, C., & Peixoto, C. (2009). *Violência doméstica: Compreender para intervir: Guia de boas práticas para profissionais de saúde*. Comissão para a Cidadania e Igualdade de Género. [https://www.researchgate.net/publication/279920584\\_Violencia\\_Domestica\\_Compreender\\_para\\_Intervir\\_-\\_guia\\_de\\_boas\\_praticas\\_para\\_profissionais\\_de\\_instituicoes\\_de\\_apoio\\_a\\_vitimas](https://www.researchgate.net/publication/279920584_Violencia_Domestica_Compreender_para_Intervir_-_guia_de_boas_praticas_para_profissionais_de_instituicoes_de_apoio_a_vitimas)
- Martins, D. S. (2021). *Escala de afeto e comunicação na relação pais-filhos: Estudo das propriedades psicométricas em famílias com e sem risco psicossocial associado* [Dissertação de mestrado integrado, Universidade do Porto, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação].
- Martins, M., Viegas, P., Pauncz, A., Tóth, G., Hiiemäe, R., Harwin, N., & Cosgrove, S. (2008). *Poder para mudar: Como estabelecer grupos de suporte e de ajuda mútua para vítimas e sobreviventes de violência doméstica*. Daphne: Budapeste. <https://storage.googleapis.com/amcv-backend.appspot.com/Poder%20para%20Mudar.pdf>
- Matos, M., & Machado, A. (2011). *Violência doméstica: Intervenção em grupo com mulheres vítimas: Manual para profissionais*. Comissão para a Cidadania e a Igualdade de Género. <https://www.cig.gov.pt/siic/wp-content/uploads/2015/01/Viol%C3%Aancia-dom%C3%A9stica-Interven%C3%A7%C3%A3o-em-grupo-com-mulheres-v%C3%ADtimas.pdf>
- Matos, M., Machado, A., Santos, A., & Machado, C. (2012). Intervenção em grupo com vítimas de violência doméstica: Uma revisão da sua eficácia. *Análise Psicológica*, 30(1–2), 79–91. <https://scielo.pt/pdf/aps/v30n1-2/v30n1-2a08.pdf>
- McBride, D. L. (2001). *Groups for abused women: Treatment outcome*. (Doctoral dissertation, University of Calgary). <https://www.collectionscanada.gc.ca/obj/s4/f2/dsk3/ftp04/nq64874.pdf>
- National Center for Victims of Crime (2009). *How to start and facilitate a support group for victims of stalking*. Stalking Research Center. <https://www.napsa-now.org/wp-content/uploads/2015/10/101-The-Intersection-of-Stalking-and-Elder-Abuse-All.pdf>
- Ordem dos Psicólogos Portugueses. (2020). *Exposição das crianças à violência interparental: Recomendações para pais e cuidadores, educadores e professores*. Ordem dos Psicólogos Portugueses.
- Pereira, M. C. A. R. S., Antunes, M. C. Q., Barroso, I. M. A. R. C., Correia, T. I. G., Brito, I. S., & Monteiro, M. J. F. S. P. (2018). *Adaptação e validação do Questionário Geral de Bem-Estar Psicológico: análise fatorial confirmatória da*

- versão reduzida. Revista de Enfermagem Referência, Série IV (18), 9–18.  
<https://doi.org/10.12707/RIV18001>
- Sampaio, J. M. A. (2021). *Das teorias à prevenção criminal: Estudo sobre a conexão e prevenção do crime tendo em conta os espaços urbanos e a estrutura social* [Dissertação de mestrado, Instituto Universitário da Maia].
- Sani, A. I. (2006). As variáveis mediadoras do impacto na criança da exposição à violência interpaparental. *Psicologia: Teoria, investigação e prática*, 11 (2), pp. 111-133.
- Sani, A. I. (2006). *Vitimação indirecta de crianças em contexto familiar. Análise Social*, XLI (180), 849–864.
- Sani, A. I. (2011). Crianças vítimas de violência: Representações e impacto do fenómeno. Porto, Edições Universais Fernando Pessoa.
- Sistema de Segurança Interna. (2025). *Relatório Anual de Segurança Interna 2025*. Lisboa: Ministério da Administração Interna.  
<https://portugal.gov.pt/gc25/comunicacao/documentos/rasi-2025-relatorio-anual-de-seguranca-interna>
- Sousa, T. S. D. (2013). *Os filhos do silêncio: crianças e jovens expostos à violência conjugal: um estudo de casos* [Dissertação de mestrado, Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias]. <https://recil.ulusofona.pt/items/892e53ed-a198-4e93-8a03-09df1c5697ce>
- Teodoro, M. L. M., Benetti, S. P. C., Schwartz, C. B., & Mõnego, B. G. (2010). *Propriedades psicométricas do Parental Bonding Instrument e associação com funcionamento familiar*. Avaliação Psicológica, 9(2), 243–251.
- Tutty, L. M., Bidgood, B., & Rothery, M. (1993). Support groups for battered women: Research on their efficacy. *Journal of Family Violence*, 8(4), 325–343.
- Western University Knowledge Hub. (s.d.). *Kids Club and Moms Empowerment – Project Profile*. <https://www.kh-cdc.ca/en/project-profiles/kids-club-and-moms-empowerment.html>
- XXII Governo Constitucional (2020), *Guia de intervenção integrada junto de crianças ou jovens vítimas de violência doméstica*. Mem Martins: Editorial do Ministério da Educação e Ciência. [https://www.cig.gov.pt/wp-content/uploads/2020/06/170-20\\_Guia\\_Intervencao\\_Integrada.pdf](https://www.cig.gov.pt/wp-content/uploads/2020/06/170-20_Guia_Intervencao_Integrada.pdf)

## **Anexos**

## **Anexo A – Entrevista Diagnóstica**

**P:** Na sua experiência, tem havido um aumento dos casos de violência doméstica sinalizados na CPCJ?

**P:** Que características são mais comuns nestas situações?

**P:** De que forma as crianças são afetadas quando expostas à violência doméstica?

**P:** Existem padrões recorrentes nas famílias sinalizadas? (ex: consumo de álcool, desemprego, histórico de violência)

**P:** Que características têm os pais que conseguem apoiar melhor os filhos após situações de violência?

**P:** O apoio institucional tem impacto positivo? De que forma?

**P:** Que tipo de intervenção a CPCJ costuma desenvolver nestas situações?

**P:** Considera importante uma intervenção focada na capacitação parental neste contexto?

**P:** Considera que as crianças ainda são pouco valorizadas enquanto vítimas?

## Anexo B – Descrição das sessões

|                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|---------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Nome</b>               | <b>Boas-vindas</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Número</b>             | <b>1ª Sessão (<u>versão igual</u>)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Duração</b>            | 1h30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Recursos Humanos</b>   | 1 profissional da área de Criminologia; 1 profissional da área de Psicologia                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Recursos Materiais</b> | Cartões com expressões faciais diferentes; duas salas amplas; cadeiras;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Descrição</b>          | <p>Esta primeira sessão tem como objetivo acolher as vítimas, fornecendo também informações de todas as sessões, o seu objetivo e a sua estrutura, com uma linguagem adequada à fase de desenvolvimento da criança, desta forma, os participantes podem tomar uma decisão informada (NCVC, 2009).</p> <p>Tem o teor de obter a experiência das vítimas e as suas perspetivas para esta intervenção, criando uma construção de vínculo terapêutico reduzindo a ansiedade, de forma a promover a qualidade de vida destas vítimas.</p> <p>Após o preenchimento do questionário, é realizado o jogo quebra-gelo com o objetivo de facilitar a apresentação dos participantes.</p> <p>É apresentado um conjunto de cartões com diferentes emoções, sendo questionado aos participantes “Como é que te sentes hoje?”, o participante deve escolher o cartão que mais se identifica. No final, caso se sinta confortável, cada participante poderá partilhar com o grupo os motivos da sua escolha, adicionalmente, podem ser colocados as seguintes questões pelo técnico: Quem é que eu sou? O que é que me aconteceu?; Com quem é que eu estou agora?; O que é que eu espero aprender?</p> |

|                           |                                                                                                                                                                     |
|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Nome</b>               | <b>Árvore da Vida (<u>versão crianças</u>)</b>                                                                                                                      |
| <b>Número</b>             | <b>2ª Sessão</b>                                                                                                                                                    |
| <b>Duração</b>            | 1h30                                                                                                                                                                |
| <b>Recursos Humanos</b>   | 1 profissional da área de Criminologia; 1 profissional da área de Psicologia                                                                                        |
| <b>Recursos Materiais</b> | Sala ampla; cadeiras; folhas A4; lápis de cor; canetas de feltro; revistas e jornais para recortes; cola; tesouras; aguarelas; tintas; pincéis; quadro; giz; mesas. |

|                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Descrição</b> | <p>Esta sessão é inspirada na intervenção <i>MPOWER</i>, que foi realizada em Grécia, Itália, Espanha e Inglaterra, destinada para apoiar crianças e jovens afetados por violência doméstica e abuso (Callaghan, Fellin, &amp; Alexander, 2019).</p> <p>Cada participante desenha uma árvore, com os materiais que quiser, sendo guiado pelo técnico. “Tal como uma árvore cresce e enfrenta tempestades, também as pessoas têm raízes, forças e sonhos.” O técnico desenha num quadro a estrutura simbólica da árvore: as raízes são as pessoas importantes e as memórias positivas, o tronco representa as qualidades e características positivas, assim como as capacidades e estratégias de sobrevivência. Os ramos representam as metas, os sonhos e os desejos futuros. As folhas representam as pessoas que gostam e que têm afetos. Desta forma, a representação da árvore ajuda as crianças a conectarem o seu passado ao presente e ao futuro, bem como a expressar situações complexas e traumáticas que tenham ocorrido em relações familiares. No final, existe a partilha.</p> |
|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Nome</b>               | <b>Árvore da Vida (versão progenitores)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Número</b>             | <b>2ª Sessão</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Duração</b>            | 1h30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Recursos Humanos</b>   | 1 profissional da área de Criminologia; 1 profissional da área de Psicologia                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Recursos Materiais</b> | Sala ampla; cadeiras; folhas A4; lápis de cor; canetas de feltro; revistas e jornais para recortes; cola; tesouras; aguarelas; tintas; pincéis; quadro; giz; mesas.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Descrição</b>          | <p>Esta sessão é inspirada na intervenção <i>MPOWER</i>, que foi realizada em Grécia, Itália, Espanha e Inglaterra, destinada para apoiar crianças e jovens afetados por violência doméstica e abuso (Callaghan, Fellin, &amp; Alexander, 2019). Cada participante desenha uma árvore, com os materiais que quiser, sendo guiado pelo técnico. O técnico desenha num quadro a estrutura simbólica da árvore: as raízes são as pessoas importantes e as memórias positivas, o tronco representa as qualidades e características positivas, assim como as capacidades e estratégias de sobrevivência, os ramos representam as metas, os sonhos e os desejos futuros. As folhas representam as pessoas que gostam e têm afetos. Desta forma, as vítimas focam-se no futuro e nas suas perspetivas futuras, em vez de vivenciarem o passado. No final, existe a partilha.</p> |

|                           |                                                                                                                   |
|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Nome</b>               | <b>Teatro de Fantoques (versão crianças)</b>                                                                      |
| <b>Número</b>             | <b>3ª Sessão</b>                                                                                                  |
| <b>Duração</b>            | 1h30                                                                                                              |
| <b>Recursos Humanos</b>   | 1 profissional da área de Criminologia; 2 profissionais da área de Psicologia;                                    |
| <b>Recursos Materiais</b> | Sala ampla; cadeiras; Fantoques; Coluna e som; Cenário de teatro pequeno; Cartões ilustrativos de emoções; Mesas. |

|                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Descrição</b> | <p>Esta sessão é inspirada na intervenção “<i>Kids Club and Moms Empowerment - a health promotion program for children exposed to family violence</i>”, um programa criado em simultâneo para crianças e as suas mães que sofreram de violência doméstica.</p> <p>Para esta sessão, as crianças assistem a uma peça de teatro de fantoches com adultos a discutir, apresentada por dois técnicos. No final, é solicitado a dar sugestões de como se deveria resolver o conflito e o que é que os fantoches estão a sentir naquele momento.</p> |
|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Nome</b>               | <b>Vínculos Afetivos (<u>versão progenitores</u>)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Número</b>             | <b>3ª Sessão</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Duração</b>            | 1h30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Recursos Humanos</b>   | 1 profissional da área de Criminologia; 1 profissional da área de Psicologia                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Recursos Materiais</b> | Mesa e Cadeiras.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Descrição</b>          | <p>Esta sessão é inspirada na intervenção “<i>Kids Club and Moms Empowerment - a health promotion program for children exposed to family violence</i>”, um programa criado em simultâneo para crianças e as suas mães que sofreram de violência doméstica.</p> <p>A sessão começa com uma breve reflexão sobre a violência doméstica e de como pode afetar as relações familiares e a comunicação entre o progenitor e filhos. No final, é realizada uma dinâmica de discussão em grupo baseada em situações do quotidiano familiar e o que procuram fazer para melhorar a relação entre mãe/pai e filho.</p> |

|                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|---------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Nome</b>               | <b>As emoções (<u>versão crianças</u>)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Número</b>             | <b>4ª Sessão</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Duração</b>            | 1h30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Recursos Humanos</b>   | 1 profissional da área de Psicologia.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Recursos Materiais</b> | Sala ampla; cadeiras; Bolas com cores diferentes; Vídeo “O Monstro das Cores”; Coluna; Som; computador; Caixa principal; Caixa vazia com identificação de cada emoção;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Descrição</b>          | <p>Esta sessão é inspirada no vídeo “O Monstro das Cores”, uma história infantil em que estimula as crianças a identificar as diferentes emoções que sentem, como a alegria, a tristeza, a raiva, o medo, a calma e por fim, o amor através das cores. A sessão das emoções inicia-se com a visualização do vídeo seguindo-se com uma explicação de cada emoção, dando exemplos do quotidiano. De seguida, a atividade consiste numa caixa que contém bolas de diferentes cores, estando cada cor associada a uma emoção específica. É solicitado às crianças que tirem uma bola, uma de cada vez, e quando sai uma bola, a criança tem de dizer uma vez em que sentiu aquela emoção. Após a partilha, a criança coloca a bola na caixa identificada com a respetiva emoção.</p> |

|                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Nome</b>               | <b>As emoções <u>(versão progenitores)</u></b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Número</b>             | <b>4ª Sessão</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Duração</b>            | 1h30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Recursos Humanos</b>   | 1 profissional da área de Psicologia.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Recursos Materiais</b> | Sala ampla; cadeiras; caixa; bolas de cores diferentes.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Descrição</b>          | Esta sessão é inspirada na história do “Monstro das Cores”. O técnico começa por introduzir o tema das emoções e explica que uma cor significa uma emoção diferente, referindo que experiências de violência doméstica podem dificultar na identificação destas emoções, influenciando de certa forma a relação com os filhos. Ao redor dos participantes encontra-se bolas com as cores referidas. A atividade começa pela partilha das vítimas, onde referem quando é que sentiram determinada emoção, escolhendo a cor que gostam. No final da partilha o técnico pode fazer questões de reflexão para as vítimas como: “Como é que eu reajo quando estou emocionalmente sobrecarregado/a? Como é que os meus filhos se podem sentir quando percebem estas minhas emoções?”. |

|                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Nome</b>               | <b>O João vai ao tribunal <u>(versão crianças)</u></b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Número</b>             | <b>5ª sessão</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Duração</b>            | 1h30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Recursos Humanos</b>   | 1 profissional da área de Psicologia; 1 profissional da área de Criminologia                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Recursos Materiais</b> | Sala ampla; cadeiras; folhas A4; lápis de cor; canetas de feltro; livro “O João vai ao tribunal”; figuras dos profissionais presentes no tribunal;                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Descrição</b>          | Tem o teor de explicar e simplificar os processos legais de forma a preparar os menores, para um acontecimento que pode ser duradouro e traumático. Esta sessão foi inspirada no livro “O João vai ao tribunal”. É explicado o que é o tribunal e no final, o técnico solicita às crianças a fazer um desenho da sala do tribunal e como é que se sentem quando falam em ir ao tribunal. A Sessão acaba com uma discussão entre os participantes. |

|                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|---------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Nome</b>               | <b>O João vai ao tribunal <u>(versão progenitores)</u></b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Número</b>             | <b>5ª sessão</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Duração</b>            | 1h30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Recursos Humanos</b>   | 1 profissional da área de Psicologia;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Recursos Materiais</b> | Sala ampla; cadeiras; folhas A4, lápis de cor, canetas de feltro, livro “O João vai ao tribunal”.                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Descrição</b>          | Tem o teor de preparar o progenitor a levar a criança ao tribunal, quando necessário. É explicado ao progenitor como é que pode ajudar o seu filho a lidar com a ida ao tribunal e o que devem dizer para acalmar a criança. São exploradas estratégias de comunicação adequadas à idade da criança e técnicas para reduzir sentimentos de medo com recurso ao livro “O João vai ao tribunal”. |

|                           |                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Nome</b>               | <b>Despedida</b>                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Número</b>             | <b>6ª sessão</b>                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Duração</b>            | 50 minutos                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Recursos Humanos</b>   | 1 profissional da área de Psicologia; 1 profissional da área de Criminologia                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Recursos Materiais</b> | Sala ampla; cadeiras; folhas A4; lápis de cor; canetas de feltro; aguarelas; tintas; pincéis; mesa.                                                                                                                                                                           |
| <b>Descrição</b>          | Para a última sessão, espera-se que seja recolhido o feedback das vítimas, tanto dos progenitores como das crianças. As crianças podem escrever ou desenhar algo que aprenderam no decorrer da intervenção. Após a sessão, é pedido para ser preenchido o questionário final. |

## Anexo C – Questionário de Avaliação Pré-teste/ Pós teste (versão crianças 6 aos 8 anos)

### Questionário: Vínculos Seguros

Este questionário é anónimo e confidencial. Não existem respostas certas ou erradas.

Lê com atenção e assinala com um “X” a opção que melhor se adequa à presente realidade. Se precisares de ajuda para ler as perguntas, o técnico pode ajudar-te.

#### Parte I- Dados Pessoais

1. Idade: \_\_\_\_\_ anos.

2. Sexo:

☐

Feminino

☐

Masculino

#### Parte II- Legenda

|                                                                                     |                                                                                     |                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  |  |
| Sim                                                                                 | Às vezes                                                                            | Não                                                                                   |

#### Parte III- Questionário

|                                                                     |  |  |  |
|---------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| Sinto-me bem em casa                                                |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |
| Sinto-me seguro/a quando estou a brincar                            |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |
| Sinto-me seguro/a em casa                                           |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |
| Consigo perceber quando estou triste                                |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |
| Quando estou nervoso/a, sei o que posso fazer para me sentir melhor |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |
| Consigo falar com alguém quando estou triste                        |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |
| Sinto-me protegido/a pelo meu pai/mãe                               |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |
| Posso falar com o meu pai/mãe sobre o que sinto                     |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |
| Sinto-me próximo do meu pai/mãe                                     |                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |

## **Anexo D – Questionário de Avaliação Pré-teste/ Pós teste**

### **Questionário: Vínculos Seguros**

Este questionário é anónimo e confidencial. Não existem respostas certas ou erradas.

Lê com atenção e assinala com um “X” a opção que melhor se adequa à presente realidade. Se precisares de ajuda, o técnico pode ajudar-te.

#### **Parte I- Dados Pessoais**

1. Idade: \_\_\_\_\_ anos.

2. Sexo:

☐ Feminino

☐ Masculino

#### **Parte II- Questionário**

|                                                         | Discordo totalmente | Discordo | Não concordo nem discordo | Concordo | Concordo totalmente |
|---------------------------------------------------------|---------------------|----------|---------------------------|----------|---------------------|
| Sinto-me emocionalmente estável                         |                     |          |                           |          |                     |
| Sinto que consigo lidar com as minhas emoções           |                     |          |                           |          |                     |
| Sinto que tenho recursos para lidar com as dificuldades |                     |          |                           |          |                     |
| Consigo identificar as minhas emoções                   |                     |          |                           |          |                     |
| Consigo controlar as minhas emoções                     |                     |          |                           |          |                     |
| Tenho dificuldade em lidar com emoções intensas         |                     |          |                           |          |                     |
| Sinto-me próximo/a do meu filho/a                       |                     |          |                           |          |                     |
| Consigo comunicar com o meu filho/a                     |                     |          |                           |          |                     |
| Compreendo as necessidades emocionais do meu filho/a    |                     |          |                           |          |                     |

### **Anexo E – Perguntas específicas (Pós teste)**

|                                         | Discordo<br>totalmente | Discordo | Não concordo<br>nem discordo | Concordo | Concordo<br>totalmente |
|-----------------------------------------|------------------------|----------|------------------------------|----------|------------------------|
| Gostei de participar neste projeto      |                        |          |                              |          |                        |
| As atividades foram úteis               |                        |          |                              |          |                        |
| Apreendi coisas novas                   |                        |          |                              |          |                        |
| Recomendaria o projeto a outras pessoas |                        |          |                              |          |                        |

**Anexo F – Termo de Consentimento**  
**Termo de Consentimento do Progenitor/Representante Legal**

**Título do Projeto:** Crianças expostas à Violência Doméstica: Projeto Vínculos Seguros

**Aluna Responsável:** Maria João Baptista da Costa Antunes

**Orientadora:** Profª Doutora Ângela Marisa Cardoso Fernandes

***Informações sobre o projeto:***

O presente projeto visa desenvolver uma intervenção dirigida a crianças expostas à violência interpaparental e aos seus progenitores vítimas, promovendo o seu bem-estar, a gestão das suas emoções e o desenvolvimento de estratégias de capacitação paparental.

O estudo envolve a participação das sessões de intervenção e a realização de um questionário.

***Direitos e Garantias:***

Os dados recolhidos são totalmente anónimos e confidenciais, usados apenas para fins académicos;

A participação no projeto é voluntária e o participante pode desistir a qualquer momento sem prejuízo;

Não haverá qualquer tipo de compensação financeira e/ou material;

Não são expectáveis riscos para os participantes.

---

Eu, \_\_\_\_\_,  
portador(a) do documento de identificação n.º \_\_\_\_\_, autorizo a minha  
participação e a do(a) meu/minha filho/a:  
\_\_\_\_\_, idade: \_\_\_\_ anos, a  
participar voluntariamente no projeto acima referido, compreendendo os seus objetivos e  
garantindo a liberdade para a sua participação.

Data: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Assinatura do/a representante legal: \_\_\_\_\_

## **Anexo G – Termo de Assentimento do Menor**

### **Termo de Assentimento do Menor**

**Título do Projeto:** Crianças expostas à Violência Doméstica: Projeto Vínculos Seguros

**Aluna Responsável:** Maria João Baptista da Costa Antunes

**Orientadora:** Profª Doutora Ângela Marisa Cardoso Fernandes

#### ***Informações sobre o projeto:***

Olá! O meu projeto visa ajudar crianças que viveram situações difíceis em casa com as suas mães ou pais. O objetivo é promover o teu bem-estar, a gestão das tuas emoções e o desenvolvimento de estratégias para lidares com situações difíceis.

Gostaria de te convidar a participar. Se aceitares, vais participar em várias sessões com outras crianças e vais também realizar um questionário.

Vais estar sempre acompanhado por um técnico.

Participar é uma escolha tua!

#### ***Direitos e Garantias:***

Os teus dados são totalmente anónimos e confidenciais, usados apenas para fins académicos.

Podes desistir a qualquer momento e a tua participação é voluntária.

Se tiveres alguma dúvida, pergunta ao técnico que se encontra contigo.

Eu percebi o que me foi explicado e:

☐ Quero participar

☐ Não quero participar

Nome: \_\_\_\_\_

A minha assinatura: \_\_\_\_\_

Data: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_