



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RECÔNCAVO DA BAHIA**

**CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE**

**PÓS-GRADUAÇÃO *LATO SENSU* EM PSICOLOGIA, AVALIAÇÃO E ATENÇÃO À SAÚDE**

**AUTORREGULAÇÃO EMOCIONAL EM CRIANÇA À LUZ DA TEORIA DO APEGO:  
UMA REVISÃO DE LITERATURA**

Juliana Cunha de Castro Gimenez

Orientador (a): Prof<sup>ª</sup> Dr<sup>ª</sup> Cristiane Ajnamei Dos Santos Alfaya

Co-orientador (a): Prof<sup>ª</sup> Dr<sup>ª</sup> Kelly Cristina Atalaia da Silva

Trabalho de Conclusão de Curso, em formato de artigo, elaborado de acordo com as normas da revista Estudos de Psicologia (Campinas)

Santo Antônio de Jesus, 15 de maio de 2021.

Autorregulação emocional em criança à luz da teoria do apego: uma revisão da literatura

Autorreg. Emoc. crian. e teo. apeg.

Emotional self-regulation in children in the light of attachment theory: a literature review

Juliana Cunha de Castro Gimenez – Pós-Graduanda do Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Avaliação e Atenção à Saúde, Universidade Federal do Recôncavo, Centro de Ciências da Saúde. Av. Carlos Amaral, 1015 – Cajueiro – Santo Antônio de Jesus/BA CEP: 44.570-000 – BRASIL. Telefone: (75) 98875-3006. Email: [julianagimenez@yahoo.com.br](mailto:julianagimenez@yahoo.com.br). ORCID®: <https://orcid.org/0000-0001-7288-7489>

Cristiane Ajnamei Dos Santos Alfaya – Doutora em Psicologia, Professora do Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Avaliação e Atenção à Saúde, Universidade Federal do Recôncavo, Centro de Ciências da Saúde. Av. Carlos Amaral, 1015 – Cajueiro – Santo Antônio de Jesus/BA CEP: 44.570-000 – BRASIL. Email: [alfaya.c@ufrb.edu.br](mailto:alfaya.c@ufrb.edu.br) ORCID®: <https://orcid.org/0000-0002-1103-9715>

Kelly Cristina Atalaia da Silva - Doutora em Neurociências, Professora do Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Avaliação e Atenção à Saúde, Universidade Federal do Recôncavo, Centro de Ciências da Saúde. Av. Carlos Amaral, 1015 – Cajueiro – Santo Antônio de Jesus/BA CEP: 44.570-000 – BRASIL. Email: [kelly.atalaia@ufrb.edu.br](mailto:kelly.atalaia@ufrb.edu.br) ORCID®: <https://orcid.org/0000-0003-3016-4535>

**Contribuição:** Juliana Cunha de Castro Gimenez - concepção e design; análise e interpretação dos dados e discussão dos resultados; e revisão e aprovação da versão final do artigo. Cristiane Ajnamei Dos Santos Alfaya - análise e interpretação dos dados e discussão dos resultados; e

revisão e aprovação da versão final do artigo. Kelly Cristina Atalaia da Silva - Revisão e aprovação da versão final do artigo.

**Resumo:** Autorregulação emocional é uma habilidade essencial à vida e apresenta-se como um objetivo essencial ao desenvolvimento socioemocional das crianças. Pesquisas já apontam um consenso entre a relação de um padrão de apego seguro e o uso de estratégias de autorregulação emocional mais adaptativas. Buscou-se investigar como a literatura compreende a relação entre a autorregulação emocional em crianças e a qualidade da interação mãe/pai-criança no contexto atual de pandemia à luz da teoria do apego. Discute-se esta relação a partir das categorias comportamento materno e paterno construídas após revisão dos estudos encontrados, iniciando a reflexão sobre possíveis impactos da pandemia da COVID-19 na interação familiar. O respaldo teórico oferece suporte à compreensão de que, comportamentos sensíveis e responsivos podem favorecer a capacidade de autorregulação emocional da criança, mesmo em contextos altamente estressores, como o contexto pandêmico atual.

**Palavras-chave:** autorregulação; relações pais-criança; estresse; comportamento de apego

**Abstract:** Emotional self-regulation is an essential life skill and presents itself as an essential objective for children's socio-emotional development. Research already points to a consensus between the relationship of a secure attachment pattern and the use of more adaptive emotional self-regulation strategies. We sought to investigate how the literature understands the relationship between emotional self-regulation in children and the quality of mother / father-child interaction in the current context of a pandemic in the light of attachment theory. This relationship is discussed based on the categories maternal and paternal behavior constructed after reviewing the studies found, starting to reflect on the possible impacts of the COVID-19 pandemic on family interaction. Theoretical support supports the understanding that sensitive and responsive behaviors can favor the child's emotional self-regulation capacity, even in highly stressful contexts, such as the current pandemic context.

**Keywords:** self-regulation; parent-child relationships; stress; attachment behavior

As pesquisas na área da psicologia apontam um consenso entre a relação de um padrão de apego seguro e o uso de estratégias de regulação emocional mais adaptativas, que visem reduzir o estresse aumentando os níveis de bem-estar psicológico (Muñoz-Muñoz, 2017; Pinto, Carvalho & Sá, 2014). Ao nascer, o bebê não possui habilidades para regular suas próprias emoções. A partir da responsividade do cuidador, de mostrar-se sensível às necessidades da criança e responder nos momentos adequados – com sorriso, fala, afago – é que o modelo de apego começa a ser desenvolvido (Bowlby, 1989). Sendo assim, o apego seguro é um modelo de interação onde a criança está confiante de que seus pais estarão sempre disponíveis, oferecendo proteção e ajuda, caso ela se depare com alguma situação estressante.

Em idades muito tenras, o cuidar emocional ou a responsividade são os meios pelos quais os pais/cuidadores regulam as emoções dos seus filhos. No decorrer do desenvolvimento, poderão incorporar movimentos parentais reconfortantes, a discussão dos sentimentos e emoções, e o desenvolvimento de estratégias de *coping* adaptativas (Pinto et al, 2014). Contudo, os cuidadores podem apresentar diferentes tipos de responsividade e nesse processo é que se constroem os modelos funcionais internos. Tais modelos se estruturam tendo como base elementos como a confiança ou não na figura de apego, o sentimento de que o outro é ou não uma base segura para exploração do mundo. A natureza dos modelos funcionais será fundamental para a formação da qualidade do apego e posteriormente, na capacidade de autorregulação emocional (Ribas & Moura, 2004; Pontes et al, 2007).

A autorregulação emocional pode ser considerada um objetivo essencial para o desenvolvimento socioemocional das crianças (Epstein et al, 2018). É um conceito utilizado para explicar os processos envolvidos na maneira de lidar com as emoções positivas e negativas, com a finalidade de atingir determinado objetivo. Envolve aspectos temporais e de intensidade, processos internos e externos, utilizados pelos indivíduos para monitorizar, avaliar e modificar reações emocionais (Gross, 2007; Thompson, 1994; Suehiro, Boruchovitch & Waltz, 2018).

Diante da presença de uma pandemia causada pela COVID-19, adotou-se o isolamento e o distanciamento social como estratégias para conter a propagação do novo coronavírus. Estudos vêm apontando que estas medidas têm contribuído para alterações significativas na dinâmica familiar (Fergert, Vitiello & Plener, 2019). O estresse gerado pelo confinamento, o desemprego, o medo de perder um ente querido, além da restrita ou inexistente participação de avós ou outros familiares - que antes da pandemia serviam como rede de apoio e cuidado às crianças – são algumas das condições que impactam a saúde mental das pessoas, especialmente das crianças (Brooks et al, 2020; Linhares & Enumo, 2020; Fergert, Vitiello & Plener, 2020).

O contexto pandêmico atual ameaça a capacidade de enfrentamento, adaptabilidade e o uso estratégias de regulação emocional mais adaptativas. Pesquisas sobre as repercussões na saúde mental de pessoas em quarentena revelaram um expressivo aumento no número de casos de vários transtornos mentais. Estes riscos referem-se visivelmente aos pais/cuidadores, mas repercutem de modo significativo nas relações pais-filhos, elevando o risco de crianças desenvolverem problemas de saúde mental (Brooks et al, 2020; Fergert et al., 2020). Por serem mais vulneráveis ao impacto emocional de eventos estressantes, as crianças podem ter dificuldade em adaptar-se as modificações em sua rotina, interferindo assim no senso de estrutura e segurança, podendo vir a desenvolver sintomas físicos relacionados ao intenso sofrimento (Bartlett, Griffin & Thompson, 2020; Danese et al, 2019). Devido a insipiência de dados, ainda não é possível mensurar as repercussões da pandemia com o distanciamento ou isolamento social no funcionamento psicológico de crianças (Muratori & Ciacchini, 2020). Portanto torna-se necessário estudos de acompanhamento longitudinal para que sejam alcançados tais objetivos.

Dada a escassez de pesquisas que investiga a relação entre a autorregulação emocional em crianças e a qualidade da interação mãe/pai-criança no contexto atual de pandemia, o presente estudo tem como objetivo investigar como a literatura compreende esta relação à luz

da teoria do apego. A contribuição deste estudo teórico parte da necessidade de produzir conhecimento científico no contexto pandêmico, para a realização de estudos empíricos. A seguir serão apresentados os conceitos de autorregulação emocional, em seguida, a teoria do apego considerando os padrões de apego, iniciando a reflexão sobre o possível impacto da pandemia causada pela Covid-19 na interação familiar.

A autorregulação emocional refere-se a processos extrínsecos e intrínsecos, responsáveis por monitorizar, avaliar e modificar reações emocionais, especialmente em seus aspetos temporais e de intensidade, com a finalidade de atingir determinado objetivo. Existem várias estratégias possíveis para regular a emoção, algumas delas são através de processos atencionais, resposta neurofisiológica, recursos de *coping*, atribuições, exposição ao ambiente e respostas comportamentais (Thompson, 1994). Em se tratando de crianças, as pesquisas apontam que as estratégias de regulação emocional podem variar dependendo do contexto, da emoção que está sendo regulada (Muñoz-Muñoz, 2017). Contudo, as mais utilizadas para regular as emoções em situações adversas, estão as atividades lúdicas e de interação social (Dias, Vikan & Gravås, 2000; Oliveira, Dias & Roazzi, 2003; Cruvinel & Boruchovitch, 2010). As atividades lúdicas referem-se ao brincar, enquanto meio pelo qual a criança se relaciona com o mundo (Oliveira et al., 2003) e a estratégia de interação social que refere-se a atividades em grupos ou com pessoas específicas.

A capacidade da criança em reconhecer as emoções básicas como o medo, raiva, alegria e tristeza desenvolvem por volta dos dois e três anos de idade (Dias et al., 2000). É um comportamento resultante do amadurecimento cortical de determinadas áreas - que estão associadas às funções executivas – como também fruto da interação com seus pais. Neste contexto de interação e responsividade parental, a criança desenvolve a capacidade de reconhecer, expressar as emoções e utilizar estratégias de autorregulação emocional mais adaptativas (Linhares & Martins, 2015; Pinto et al, 2014). Tais estratégias, são direcionadas

com fins de alcançar uma meta proposta pelo indivíduo (Thompson, 1994), a qual está alicerçada na complexidade individual, nas interações entre a criança e os seus cuidadores primários.

No contexto da pandemia da COVID-19, crianças e pais estão lidando com situações altamente estressoras que desafiam a capacidade de regular suas emoções. Segundo Linhares & Enumo (2020), o estresse quando percebido como evento ameaçador mobiliza três necessidades inatas, básicas e universais, com valor adaptativo para o ser humano, sendo estas: a) “vinculação” – possuir relações estáveis, duradoras, próximas e seguras, b) “competência” – adaptar-se ao evento adverso e sentir que mantém o controle da situação de maneira eficaz para gerenciar desafios e cumprir objetivos, c) “autonomia” – ser capaz de realizar tarefas, elaborar novas rotinas ou tomar decisões assumindo as consequências do seu próprio comportamento. O distanciamento social, o medo da doença e as incertezas quanto ao futuro afetam diretamente as três necessidades básicas e interferem diretamente nos relacionamentos, no senso de competência para adaptar-se a este novo contexto e no senso de autonomia para tomar decisões e elaborar novas rotinas (Linhares & Enumo, 2020).

A teoria do apego postula, que a propensão para estabelecer laços emocionais íntimos com indivíduos especiais é um componente inato aos humanos, presente em todo o ciclo vital. Desde o nascimento a criança necessita de um cuidador - uma figura de apego - pessoa que desempenha, regular e constantemente o papel de mãe para ela. Essa propensão para buscar proximidade e contato com uma pessoa específica, além de promover a função de proteção, alimentação, segurança e conforto, contribui para que a criança consiga desenvolver-se em seus mais diversos aspectos (cognitivo, emocional e social) (Bowlby, 1989).

A segurança e o conforto experimentados neste relacionamento são uma base segura, para que a criança consiga distanciar-se explorando o ambiente e conhecendo a realidade externa. Todavia, ao sentir-se amedrontada ela busca a proteção da sua figura de apego. Para



que a criança consiga manter proximidade do seu cuidador, ela se expressa através dos comportamentos de apego - sorrir, chamar, fazer contato visual, agarrar-se, tocar, chorar – pois, inicialmente, o único meio de comunicação da criança é a expressão emocional e do comportamento que a acompanha. O apego seria então um conjunto de comportamentos do bebê que se caracteriza não somente pela busca de proximidade física da figura de apego, mas também pela exploração do ambiente. As relações estabelecidas nestes contextos darão base à organização de modelos de funcionamento psicológico e a estilos de regulação de emoções, os quais, posteriormente, poderão ser generalizados para situações similares (Pontes et al, 2007).

A comunicação mediada pela emoção persiste como um traço principal das relações de apego (Bowlby, 1989). Esta linguagem emocional torna-se, por assim dizer, uma forma de diálogo interno que vai auxiliando no desenvolvimento de uma linguagem emocional própria da criança na interação com os outros, determinante ao nível da regulação emocional e adaptação ao meio (Gross, 2007). Para a teoria, a interação entre crianças e seus cuidadores primários molda, significativamente, o estilo de interação, determinando o modo como as pessoas conseguem regular a expressão de suas emoções.

Os padrões de apego definidos por Bowlby (1989) são o apego seguro, onde a criança está confiante de que seus pais (ou cuidadores) estarão disponíveis oferecendo ajuda, caso ele necessite; o apego resistente e ansioso, onde a criança se mostra insegura quanto à possibilidade de receber ajuda, caso necessite; o apego ansioso com evitação, onde a criança não tem nenhuma confiança de que obterá resposta e ajuda, mas ao contrário, espera ser rejeitado (Bowlby, 1989). Além destes, uma nova categoria de apego foi identificada durante um trabalho de revisão do estudo da Situação Estranha de Ainsworth. Main (2000) observou que algumas crianças apresentavam comportamentos contraditórios, parecendo desorganizados, quando as figuras parentais retornavam, assim como de conflitos em relação aos cuidadores, a esta nova categoria deu-se o nome de apego desorganizado.

No contexto atual de pandemia, o isolamento social possibilitou a intensificação das interações familiares e isso pode gerar ainda mais estresse e desentendimentos, além de contribuir para uma mudança na qualidade afetiva do modelo representacional. Considerando a natureza dinâmica e não cristalizada do vínculo, se um dos cuidadores passa a tratar a criança de forma diferente, o modelo também sofre modificações. Uma mudança na qualidade afetiva do modelo representacional pode ocorrer se um cuidador empático e suportivo, em decorrência de eventos adversos como doença crônica ou desemprego, se torne altamente estressado ou profundamente deprimido. Se este cuidador ameaça abandonar a criança, a confiança da criança nesta figura abala-se, podendo provocar uma reconstrução do modelo representacional do cuidador (Ramires & Schneider, 2010).

Uma mudança no padrão de responsividade do cuidador, em virtude de eventos estressantes, como, por exemplo, o contexto pandêmico atual, pode favorecer o surgimento de dificuldades ou alterações na capacidade de autorregulação emocional, mesmo em crianças com um padrão de apego seguro. Doutro modo, se um dos cuidadores se torna mais disponível e mais sensível às necessidades da criança, tal modificação pode levar à uma revisão de seus modelos representacionais, mesmo em padrões de apego inseguro ou desorganizado, influenciando assim na sua capacidade de autorregulação emocional. Para Ramires & Schneider (2010), no entanto, devido aos aspectos defensivos característicos aos padrão de apego inseguro, o processo de revisão de seus modelos representacionais pode enfrentar dificuldades para tais reconstruções.

Diante dos efeitos da pandemia da COVID-19 na saúde mental da população, particularmente das crianças - torna-se necessário estudos teóricos, em especial sobre o do desenvolvimento socioemocional, que embasem ações integradas no enfrentamento do estresse (*coping*) e suas repercussões. O referencial teórico abordado no presente estudo será a teoria do

apego, uma vez que as pesquisas têm demonstrado que estratégias de regulação emocional mais adaptativas estão associadas à qualidade da interação (Muñoz-Muñoz, 2017; Pinto et al., 2014).

## **MÉTODO**

Trata-se de um estudo teórico de revisão bibliográfica de caráter exploratório. Foram realizadas buscas nas bases de literatura como Lilacs e Scielo no período entre 2009 e 2020. Os descritores utilizados foram “*infant emotional regulation/ regulação emocional infantil*” and “*parenting styles/estilos parentais*”. Também, “*self regulation/autorregulação*” and “*attachment/apego*”. E por último *emotional regulation/ regulação emocional and parental relationships/ relações parentais*. Foram encontrados 73 artigos, os quais foram analisados através de seus títulos e resumos, resultando em apenas quatro artigos nos idiomas português, inglês e espanhol. O resultado deu-se por meio dos critérios de inclusão empregados para a seleção dos artigos, a saber, estudos empíricos completos publicados entre janeiro/2009 a dezembro/2020, com o objetivo de analisar a relação entre a autorregulação emocional em crianças e a qualidade da interação mãe/pai-criança nas línguas portuguesa, espanhola ou inglesa. Foram excluídos os artigos de revisão de literatura, estudos não disponibilizados online, na íntegra ou gratuitamente, assim como os que não contemplavam o objetivo proposto pelo presente estudo.

## **RESULTADOS**

A seguir serão descritos os quatro estudos empíricos encontrados sobre a relação entre a autorregulação emocional e qualidade da interação mãe/pai-criança.

O primeiro estudo foi realizado por Pinto et al. (2014), o qual analisou a relação entre a regulação emocional e os estilos educativos parentais. Participaram deste estudo 64 crianças, com idades entre 8 e 10 anos, de nível socioeconômico médio e baixo. Os autores verificaram

que níveis elevados de elaboração emocional das crianças estavam associados à níveis mais elevados de suporte emocional - disponibilidade afetiva e física do pais, comunicação dos afetos e comportamentos que manifestam a aceitação da criança por parte dos pais. Também constatou-se que quanto maior o número de irmãos, menor o nível de elaboração emocional por parte das crianças. Para os autores, a explicação deste achado poderia ser pelo menor suporte emocional, percebido pelas crianças, por parte dos seus pais. O estudo também apontou que a linguagem emocional estabelecida entre pais e filhos, desde as relações mais tenras, assume grande influência no nível de ajustamento adaptativo das crianças, favorecendo o seu bem estar e desenvolvimento emocional.

O segundo estudo foi realizado por López & Vesga (2009) e analisou a relação entre os estilos de interação familiar e o desenvolvimento emocional de crianças, focando dentre outros aspectos na autorregulação. Participaram desta pesquisa 404 crianças com idades entre 5 e 6 anos e seus pais e mães, de todos os níveis socioeconômicos. Neste estudo considerou-se estilos parentais autoritário, equilibrado, permissivo e não-envolvido. No estilo parental autoritário, os pais impõe muitas regras e esperam obediência estrita utilizando muitas vezes táticas punitivas. No estilo equilibrado, os pais envolvidos exercem controle racional e democrático, fazendo muitas exigências razoáveis sobre seus filhos, porém de maneira flexível. O estilo permissivo é um padrão no qual os pais exigem relativamente pouco, permitem que seus filhos expressem seus sentimentos e impulsos livremente, não monitorando ou exercendo controle firme sobre seus comportamentos. Além destes, o estilo parental não envolvido, um padrão exibido por pais que rejeitam seus filhos ou que estão envolvidos em problemas pessoais e não estão disponíveis para dedicar tempo à criação destes. Os resultados encontrados neste estudo indicam que, no grupo de mães o estilo de interação autoritária ou permissiva está relacionado a uma diminuição do comportamento empático e o desempenho emocional das crianças. No grupo de pais não existem pesquisas anteriores que permitam realizar associações.

A pesquisa apontou que o estilo equilibrado está especificamente relacionado ao grupo de mães cujos filhos têm melhor desempenho na compreensão emocional, regulação emocional e empatia. Para López & Vesga (2009), pais e mães que apresentam mais características do estilo equilibrado são aqueles que fazem uma leitura calma das necessidades de seus filhos, sem eliminar rotinas e responsabilidades adequadas ao desenvolvimento das crianças. Segundo os autores, os resultados mostram que os comportamentos maternos teriam maior influência na geração de hábitos, cognições e ações em seus filhos e filhas, do que comportamentos parentais, isso porque a mãe nesta fase inicial da vida (5-6 anos) tem maior presença, verbalização e exigência com seus filhos, do que os pais.

O terceiro estudo realizado por Epstein et al (2018), analisou a relação entre a autorregulação da criança aos 12 e 30 meses e a sensibilidade materna medida aos 12 meses de idade da criança. Também, investigou a relação entre autorregulação infantil e contexto familiar, considerando o tipo de família (mãe solo/pai solo ou biparental), a presença de irmãos e nível socioeconômico. Participaram da pesquisa 72 díades (mãe-filho). Os resultados demonstraram que a sensibilidade materna aos 12 meses de idade da criança é uma variável importante para a autorregulação infantil, mas não contribui significativamente na autorregulação aos 30 meses. Enquanto que a sensibilidade materna é relevante na autorregulação da criança quando ela é mais jovem, a autorregulação aos 12 meses torna-se o melhor preditor de análise da capacidade de autorregulação da criança aos 30 meses. Quando os referidos autores analisaram a relação entre autorregulação da criança aos 12 e 30 meses e a presença ou ausência do pai na casa, não houverão correlações significativas para autorregulação nem aos 12 meses nem aos 30 meses de idade da criança. No que concerne a presença de irmãos, os resultados do estudo indicam que a presença de irmãos ajudaria na autorregulação da criança. Outro resultado interessante refere-se ao fator socioeconômico. Verificou-se que o nível socioeconômico foi significativo apenas aos 12 meses em relação à

sensibilidade materna. Os autores supõe que esta variável não afeta diretamente a autorregulação da criança, mas influencia as competências do adulto, aquelas que afetam mais diretamente a criança como é o caso da sensibilidade materna.

O quarto estudo realizado por Seixas, Barbosa e Fuertes (2017) investigou a relação entre os processos de autorregulação emocional do bebê e o comportamento materno. Participaram deste estudo 98 díades (mãe-bebê), observados aos 3 e aos 9 meses. Os resultados indicaram a existência de três padrões de autorregulação que se mantiveram, em 78,6% dos casos, aos 3 e aos 9 meses, a saber: Socialmente Positivo, Socialmente Negativo e Orientado para o Auto-conforto. Os bebês classificados com o Padrão Socialmente Positivo, se recuperaram após a situação experimental e em sua maioria, usaram comportamentos positivos como sorrir, dar as mãos ou vocalizações dirigidas para o adulto. No Padrão Socialmente Negativo os bebês não conseguiram se recuperar após a situação experimental. A interação é marcada por momentos negativos, pois a maioria dos bebês chora, levando mais tempo para se acalmar. Quanto aos bebês de Padrão Orientado para o Auto-conforto, estes apresentaram mais comportamentos de auto-conforto podendo, em alguns casos, ter períodos breves de comportamentos negativos e /ou positivos. Evidenciou-se mais perturbação nos episódios de interação do que no episódio da situação experimental Still-Face.

Neste mesmo estudo, variáveis demográficas como gênero e número de irmãos também foram relacionados aos padrões de autorregulação. Meninas apresentaram um padrão Socialmente Negativo, enquanto que os meninos um padrão Socialmente Positivo. Segundo os autores, estes comportamentos estariam associados à coordenação diádica, os episódios de desregulação interativa seriam mais difíceis para reparar nas díades com meninas do que com meninos. Este dado sugere uma diferença nos processos de desenvolvimento da autorregulação em função do gênero. No que diz respeito ao número de irmãos, verificou-se que bebês com o padrão Socialmente Negativo, comparados aos bebês do padrão Socialmente Positivos,

tenderiam a ter em média, mais irmãos ou não seriam primogênitos. Foi possível verificar esta relação somente aos 3 meses. Ademais, o estudo apresentou várias correlações entre padrões de autorregulação infantil e qualidade do envolvimento materno. O padrão Socialmente Positivo associou-se ao envolvimento positivo das mães, como também, a índices inferiores de intrusividade materna. Outros dados indicam que o padrão Orientado para o Auto-conforto esteve relacionado com o comportamento materno distante e a comportamentos de controle e intrusividade das mães aos 3 e aos 9 meses.

## DISCUSSÃO

Discute-se, a seguir, a relação entre a autorregulação emocional da criança e a qualidade da interação mãe/pai-criança a partir das categorias: 1. comportamento materno e 2. comportamento paterno. A primeira categoria inclui os comportamentos de sorrir, fazer contato visual, dar carinho, dedicar atenção, demonstrar reciprocidade na interação, estar disponível e sensível aos sinais da criança respondendo à suas necessidades, conversar sobre sentimentos e emoções, emitir respostas frequentemente amáveis, organizar rotinas, hábitos e responsabilidades adequadas ao desenvolvimento da criança. A outra categoria inclui os comportamentos de cuidado e proteção, interagir com a criança em jogos e brincadeiras, estar disponível para a criança, ter uma atitude sensível e calorosa para com as suas necessidades da criança, oferecer limites por meio de exigências razoáveis sobre a criança. As categorias foram construídas a partir dos resultados encontrados nos estudos revisados.

### *1) Comportamento materno*

No primeiro ano de vida - dentro do padrão de apego seguro – o bebê está em constante interação, numa vivência íntima e contínua com a mãe ou cuidador principal. Esta pessoa desempenha, regular e constante oferta de cuidados, possibilitando a regulação das emoções do bebê e de outras áreas de sua vida. O estudo de Seixas et al. (2017) apresentou várias correlações

entre a autorregulação infantil e a qualidade do envolvimento materno. O padrão Socialmente Positivo associou-se ao envolvimento positivo das mães, que apresentaram mais frequentemente comportamentos como sorrir, fazer contato visual, dedicar atenção, reciprocidade interativa e brincar. Observou-se que algumas mães adequavam o comportamento à emoções que o bebê evidenciava, mostrando-se responsivas e sensíveis às necessidades deste. Quando o bebê buscava por aproximação, a mãe correspondia, demonstrando reciprocidade à interação. O padrão Socialmente Positivo também associou-se a índices inferiores de intrusividade materna, que foram avaliados considerando os comportamentos de invadir o espaço pessoal da criança quando ela está desconfortável.

A sensibilidade é uma característica que fortalece as habilidades dos pais em relação à criança, especialmente durante os seus primeiros anos de vida, fase em que, a criança é completamente dependente do cuidado e proximidade destes. Esta sensibilidade pode ser entendida como a capacidade de os pais entenderem e responderem de maneira apropriada e sensível às pistas da criança em relação às suas necessidades (Epstein et al, 2018). Ao longo do desenvolvimento, em crianças cujo padrão de apego é seguro, há um avanço de um estágio de co-regulação, dependente das figuras parentais, para o de autorregulação emocional. Nesse contexto de interação, é que a criança desenvolve a capacidade de reconhecer, expressar as emoções e utilizar estratégias de autorregulação emocional mais adaptativas e determinantes nas suas trajetórias de desenvolvimento.

Um dos aspectos, apontados por Epstein et al (2018), que pode influenciar a sensibilidade do adulto em relação às necessidades da criança é o nível socioeconômico. Percebeu-se que esta variável foi significativa aos 12 meses, não afetando diretamente a autorregulação da criança, mas influenciando as competências do adulto que afeta mais diretamente a criança, neste caso a sensibilidade. Há que se considerar que, dentre os aspectos avaliados pelo questionário sociodemográfico, o instrumento considerou o nível educacional e



ocupacional do principal sustentador econômico da família negligenciando a presença ou ausência de rede de apoio, nível educacional, ocupacional e cultural do cuidador principal.

Outro aspecto relevante da pesquisa (Epsein et al., 2018), é a evidência de a capacidade de autorregulação variar conforme a cultura, a partir de como cada cultura lida com as diferenças em status e hierarquias sociais. Tais resultados confirmam a hipótese de que a autorregulação emocional desenvolve-se num contexto mais amplo e dialético, sendo atravessado pelas variáveis ambientais, como família, escola, rede de apoio social, assim como, por seus determinantes sociais (contexto histórico, fatores socioeconômicos, étnicos/raciais e culturais). Diante da escassez de estudos contemplando a população brasileira, ressalta-se a necessidade de estudos empíricos que considere a sua diversidade cultural.

O contexto da pandemia da COVID-19, mobilizou em pais e crianças a capacidade de regular suas emoções; de possuir relações próximas e seguras; de adaptar-se ao evento adverso de maneira eficaz para gerenciar desafios e cumprir objetivos; além da capacidade de realizar tarefas, elaborar novas rotinas ou tomar decisões (Linhares & Enumo, 2020) interferindo diretamente nos relacionamentos e nas competências do adulto em relação ao cuidado com a criança. Diante deste cenário, crianças podem estar demandando mais atenção e cuidado por parte de seus cuidadores. Em crianças muito pequenas, comportamentos de apego como chorar, tocar, agarrar-se podem se tornar mais frequentes, do mesmo modo, o surgimento de sintomas físicos de intenso sofrimento. Será que mães/cuidadores principais conseguem estar disponíveis e sensíveis aos sinais destas crianças respondendo às suas necessidades? Uma pergunta, talvez ainda sem resposta, mas que suscita algumas reflexões, como a possibilidade de que estes cuidadores - sobrecarregados pelo trabalho doméstico e/ou formal - estejam enfrentando dificuldades quanto à serem sensíveis, disponíveis e responsivos na interação com suas crianças. Uma mudança no padrão de responsividade do cuidador, em virtude de eventos estressantes, como, por exemplo, o contexto pandêmico atual, pode favorecer o surgimento de

dificuldades ou alterações na capacidade de autorregulação emocional, mesmo em crianças com um padrão de apego seguro.

Para López & Vesga (2009), os comportamentos maternos teriam mais interação na geração de hábitos, cognições e ações em seus filhos, do que comportamentos paternos. Doutro modo, o estilo equilibrado estaria especificamente relacionado ao grupo de mães cujos filhos têm melhor desempenho na compreensão emocional. Essas descobertas, segundo os autores, podem ser explicadas pelo fato das mães, nesta fase inicial da vida (5-6 anos), ter maior interação com seus filhos, do que os pais. O cuidado do bebê até o primeiro ano de vida – e nos anos subsequentes - ainda está associado exclusivamente à mãe - ou em sua ausência - à mulheres (cuidadoras) que ocupam este lugar. Nesse sentido, ressalta-se que o conceito de sensibilidade necessita ser estendido aos cuidadores primários – não referindo-se exclusivamente a mãe - uma vez que a importância para o desenvolvimento socioemocional da criança não diz respeito ao gênero ou parentesco, mas ao vínculo, a qualidade da interação que a criança-cuidador estabelecem. Tal hipótese se confirma dada a importância fundamental que a figura de vinculação desempenha no desenvolvimento emocional da criança, baseando-se na sua dimensão relacional suportiva, pelo sentimento de segurança e validação de suas expressões emocionais (Pinto et al., 2014).

O isolamento social contribuiu para a intensificação das interações familiares, se por um lado, isso pode gerar ainda mais estresse e desentendimentos, por outro, pode também representar a possibilidade de maior contato familiar, o que pode contribuir positivamente para a qualidade da interação mãe/pai-criança. Pais/mães que antes da pandemia causada pela COVID-19, eram não-envolvidos, permissivos ou autoritários e que neste momento atual, mudaram seu padrão de responsividade, que conseguiram fazer uma leitura calma das necessidades de seus filhos, elaborando novas rotinas e rituais, estabelecendo limites e responsabilidades adequadas aos desenvolvimento da criança, estão contribuindo

positivamente para a reformulação de seus modelos representacionais, o que pode favorecer na capacidade de autorregulação emocional da criança.

Dada a complexidade do fenômeno, ressalta-se a necessidade de incluir em pesquisas futuras aspectos, como configuração familiar, rede de apoio, quantidade de irmãos, nível ocupacional e cultural do cuidador principal, para que a relação sensibilidade do cuidador primário e nível socioeconômico seja compreendida de uma forma mais abrangente.

### *Comportamento paterno*

Uma das características mais influentes no comportamento de base segura é a qualidade da interação - maneira pela qual os pais interagem com a criança - e a própria experiência da paternidade (Epstein et al., 2018). Nesse sentido é crescente o número de pais que exercem sua paternidade de maneira mais ativa e afetiva (César, Oliveira & Fontaine, 2020) atuando como co-responsáveis pelos cuidados de sua prole. A partir dos resultados encontrados nos estudos revisados, o comportamento paterno envolve atos de cuidado e proteção, como também, inclui comportamentos de disponibilidade na interação com a criança, ter uma atitude sensível e calorosa para com as necessidades dela, além de oferecer limites.

López & Vesga (2009), apontam que pais que usam um controle firme, mas acompanhados por importantes estados de amor, carinho e compreensão, contribuem para o desenvolvimento socioemocional estável, consistente e responsável de seus filhos. O autor ressalta que na ausência de um estilo parental equilibrado, o estilo autoritário, seria mais adequado para um bom desempenho emocional infantil, do que a presença de um estilo permissivo. Dada a importância de um adulto que estabeleça modelos claros e organização de rotinas, proporcionando segurança e contribuindo para que o ego da criança seja totalmente estruturado.

Atualmente pais estão sendo desafiados a exercer a paternidade em um contexto altamente adverso. Será que estão conseguindo desenvolver comportamentos de cuidado e proteção para com seus filhos? Estão disponíveis e interagindo com a criança em jogos e brincadeiras? Estão conseguindo desenvolver uma atitude sensível e calorosa para com as necessidades da criança, além de oferecer limites? Ainda não é possível mensurar as repercussões da pandemia da COVID-19 na qualidade desta interação, mas o que se sabe é que uma mudança na qualidade afetiva da interação pai-criança poderá prejudicar ou favorecer a capacidade de regulação emocional infantil.

A partir dos estudos examinados, foi possível identificar que nas pesquisas nenhum estudo foi realizado com diáde pai-filho. Supõe-se que na maior parte dos estudos a escolha da amostra de participantes deu-se por conveniência, tendo optado por amostras sem os pais em função de dificuldades para obtenção da adesão e participação, considerando-se as mães mais disponíveis. Há que se considerar que o possível entendimento por parte dos autores, de que as mães tem maior participação no dia a dia da criança, pelos cuidados iniciais de suporte à sobrevivência, que os pais. Todavia, critica-se esta compreensão por corresponder à funções sociais estereotipadas, cujo âmbito racional volta-se para o homem e o âmbito emocional - com atribuições no plano afetivo - é voltada à mulher (Curvello & Mendes, 2019). Tal entendimento revela a escassez e reforça a necessidade de estudos sobre a presença paterna no desenvolvimento socioemocional de sua prole, práticas de parentalidade, interação pais e filhos e sua influência sobre a autorregulação da criança.

### **Considerações Finais**

Autorregulação emocional como habilidade essencial à vida desenvolve-se num contexto amplo e dialético, sendo atravessado por variáveis ambientais como família, escola, rede de apoio social, assim como, por seus determinantes sociais (contexto histórico, fatores

socioeconômicos e culturais). Este estudo aponta a importância de pesquisas levarem em consideração a autorregulação emocional de crianças em contextos específicos, em níveis socioeconômicos baixos e em contextos socioculturais diversos.

A qualidade dos comportamentos de interação entre o cuidador e a criança é o que poderá contribuir para o desenvolvimento da autorregulação emocional. Independente de ser o pai ou a mãe - o que vai promover a autorregulação na criança - de acordo com os estudos revisados, são os comportamentos de sorrir, fazer contato visual, dar carinho, dedicar atenção, demonstrar reciprocidade na interação, estar disponível e sensível aos sinais da criança respondendo à suas necessidades, conversar sobre as emoções, emitir respostas amáveis e organizar rotinas. Esses comportamentos são característicos de pessoas responsivas, sensíveis e envolvidas com a criança, que pode ser a mãe, o pai ou cuidador principal disponível. Ressalta-se que o conceito de sensibilidade necessita ser ampliado para os cuidadores principais, não referindo-se exclusivamente a mãe. Haja vista, a importância fundamental que a figura de vinculação – seja ela mãe, pai ou outro cuidador primário, como o educador - desempenha no desenvolvimento emocional infantil.

Pesquisas futuras poderão incluir aspectos como rede de apoio, nível ocupacional e cultural do cuidador principal, variáveis como a saúde mental materna e paterna (cuidador primário), em que seja possível avaliar o nível de estresse, ansiedade ou presença de transtornos mentais como a depressão pós parto materna e paterna – principalmente nos primeiros 12 meses de vida da criança. Considerando também, o contexto pandêmico atual e as repercussões sobre a saúde mental das pessoas, em especial, dos cuidadores primários.

## REFERÊNCIAS

Bartlett J. D, Griffin J. L, Thomson D. (2020). Resources for Supporting Children’s Emotional Well-being during the COVID-19 Pandemic. Coronavirus COVID-19 Publications by UMMS Authors. Recovered: 03 jun/2020. From: <https://escholarship.umassmed.edu/covid19/5> .

Bolwby, J. (1989). Uma base segura: aplicações clínicas da teoria do apego (S. M. Barros, Trad.). Porto Alegre: Artes Médicas. (Trabalho original publicado em 1988)

Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *Lancet* 2020, 395, 912-920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)

César, F., Oliveira, A., & Fontaine, A. M. (2020). Mães cuidadoras, pais imperfeitos: Diferenças de género numa revista portuguesa para mães e pais. *Revista da Associação Portuguesa de Estudos sobre as Mulheres*. DOI: <https://doi.org/10.22355/xaquo.2020.41.11>

Cruvinel, M. e Boruchovitch, E. (2010). Regulação emocional: a construção de um instrumento e resultados iniciais. *Psicologia em Estudo*, 15 (3), 537-545. <https://doi.org/10.1590/S1413-73722010000300011>

Curvello, R. P., & Mendes, D. M. L. (2020). Estratégias de regulação emocional de pais: uma revisão da literatura. *Psicologia Clínica*, 32(2), 231-250. <https://dx.doi.org/10.33208/PC1980-5438v0032n02A02>

Danese, A., Smith, P., Chitsabesan, P., & Dubicka, B. (2019). Child and adolescent mental health amidst emergencies and disasters. *The British Journal of Psychiatry*, 1-4. <https://doi:10.1192/bjp.2019.244>

Dias, M. da G. B. B, Vikan, A, & Gravås, S. (2000). Tentativa de crianças em lidar com as emoções de raiva e tristeza. *Estudos de Psicologia* (Natal), 5(1), 49-70. <https://doi.org/10.1590/S1413-294X2000000100004>

Epstein, A., Pesce, C., Errázuriz, C., Gómez-Barris, I., Izquierdo, V., Farkas, C. Relación de la autorregulación infantil con sensibilidad materna y contexto familiar a los 12 y 30 meses de edad. *Summa Psicológica* UST 2018, Vol. 15, N° 1, 25 – 34. <https://doi:10.18774/0719-448x.2018.15.360>

Fegert, J.M., Vitiello, B., Plener, P.L. et al. Challenges and burden of the Coronavirus 2019 (COVID-19) pandemic for child and adolescent mental health: a narrative review to highlight clinical and research needs in the acute phase and the long return to normality. *Child Adolesc Psychiatry Ment Health* 14, 20 (2020). <https://doi.org/10.1186/s13034-020-00329-3>

Gross, J. J. (Ed.). (2007). *Handbook of emotion regulation*. New York: Guilford Press.

Linhares, M. B. M, & Enumo, S. R. F. (2020). Reflexões baseadas na Psicologia sobre efeitos da pandemia COVID-19 no desenvolvimento infantil. *Estudos de Psicologia* (Campinas), 37, e200089. Epub June 05, 2020. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200089>

Linhares, M. B. M., & Martins, C. B. S. (2015). O processo da autorregulação no desenvolvimento de crianças. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 32(2), 281-293. <https://dx.doi.org/10.1590/0103-166X2015000200012>

López, G. C. H. & Vesga, M. C. G. (2009). Interação familiar e desenvolvimento emocional em meninos e meninas. *Revista Latino-americana de Ciências Sociais, Infância e Juventude*, 7 (2), 785-802. Recuperado em 03 de maio de 2021. Disponível em <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77315614009>

Main, M. (2000). The organized categories of infant, child and adult attachment: Flexible vs. inflexible attention under attachment-related stress. *Journal of the American Psychoanalytic Association*. 48, 1055-1127.

Muñoz-Muñoz, L. (2017). La autorregulación y su relación con el apego en la niñez. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 15(2), 807-821. <https://dx.doi.org/10.11600/1692715x.1520201082016>

Muratori, P., & Ciacchini, R. (2020). Children and the COVID-19 transition: psychological reflections and suggestions on adapting to the emergency. *Clinical Neuropsychiatry*, 17(2), 131-134. <https://doi.org/10.36131/CN20200219>

Oliveira, S. S. G. Dias, M da G. B. B., & Roazzi, A. (2003). O lúdico e suas implicações nas estratégias de regulação das emoções em crianças hospitalizadas. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 16(1), 1-13. <https://doi.org/10.1590/S0102-79722003000100003>



Pinto, H. M. Carvalho, A. R., & Sá, E. N. (2014). Os estilos educativos parentais e a regulação emocional: Estratégias de regulação e elaboração emocional das crianças em idade escolar. *Análise Psicológica*, 32(4), 387-400. <https://dx.doi.org/10.14417/ap.32.3.844>

Pontes, F. A. R., Silva, S. S. da C., Garotti, M & M., Celina, M. C. (2007). Teoria do apego: elementos para uma concepção sistêmica da vinculação humana. *Aletheia*, (26), 67-79. Recuperado em 21 de novembro de 2020, [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-03942007000200007](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-03942007000200007)

Ramires, V. R. R., & Schneider, M. S. (2010). Revisitando alguns conceitos da teoria do apego: comportamento versus representação?. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 26 (1), 25-33. <https://doi.org/10.1590/S0102-37722010000100004>

Ribas, A. F. P. & Moura, M. L. S. de. (2006). Responsividade materna: uma investigação em contexto urbano brasileiro. *Journal of Human Growth and Development*, 16(1), 01-11. Recuperado em 13 de dezembro de 2020, de [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-12822006000100002](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-12822006000100002)

Seixas, Í., Barbosa, M., & Fuertes, M. (2017). Contribuições para a regulação automática do bebê no Paradigma Face-a-Face Still-Face. *Análise Psicológica*, 35 (4), 469-485. <https://dx.doi.org/10.14417/ap.1280>

Silva, M. da R. & Piccinini, C. A. (2007). Sentimentos sobre a paternidade e o envolvimento paterno: um estudo qualitativo. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 24 (4), 561-573. <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2007000400015>

Suehiro, A. C. B, Boruchovitch, E. & Schelini, P. W. (2018). Estratégias de aprendizagem e a regulação da emoção no Ensino Fundamental. *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*, 9(3, Suppl. 1), 90-111. Recuperado em 10 de Dezembro 2020. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2236-64072018000400007](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2236-64072018000400007)

Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. In N. Fox (Ed.), *The development of emotion regulation: Biological and behavioral considerations. Society for Research on Child Development Monograph.*