

RUTH LEVY SANTOS GOMES AMARANTE

**COMUNICAÇÃO, PERDÃO E AJUSTAMENTO
DIÁDICO NA CONJUGALIDADE**

Orientadora: Bárbara Nazaré

Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias

Escola de Psicologia e Ciências da Vida

Lisboa

2019

RUTH LEVY SANTOS GOMES AMARANTE

**Comunicação, perdão e ajustamento diádico na
conjugalidade**

Dissertação defendida em provas públicas para obtenção do grau de mestre em Psicologia Clínica e da Saúde conferido pela Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, no dia 06 de Dezembro de 2019, perante o júri, nomeado pelo Despacho de Nomeação de Júri N.º 267/2019, mediante a seguinte composição:

Presidente: Prof.^a Doutora Patrícia Pascoal

Arguente: Prof.^a Doutora Bárbara Gonzalez

Orientador: Prof. Doutora Bárbara Nazaré

Universidade Lusófona de Humanidade e Tecnologias

Escola de Psicologia e Ciências da Vida

Lisboa

2019

AGRADECIMENTOS

É com alegria e orgulho que digo “EBENEZER” até aqui ajudou-me o Senhor.

Quero agradecer a todos que fizeram parte desta caminhada, familiares, irmãos, colegas, amigos e professores. Agradeço pela confiança depositada em mim, pensei em desistir muitas vezes, mas vocês foram os meus exemplos e o vosso apoio foram cruciais para continuar. Agradeço à minha orientadora Professora Doutora Bárbara Nazaré pelo apoio em todas as horas, foi importante para mim. Ao meu marido José Augusto Amarante, pelo apoio incondicional e principalmente pela paciência.

Aprendi desde muito cedo que em tudo devemos dar graças e, agora mais do que nunca, devo ser grata por chegar onde estou, porque sem o vosso apoio não seria possível.

Quero agradecer à minha amada igreja pelas orações e intercessões.

QUE DEUS VOS ABENÇOE A TODOS.

Resumo

A conjugalidade é um dos acontecimentos mais estudados pelos especialistas, tendo estes encontrado, nos estudos, que a qualidade das relações conjugais é um importante indicador de bem-estar dos casais e que a baixa qualidade conjugal é um fator de risco significativo para a saúde mental.

O presente estudo teve como objetivo avaliar a relação entre a comunicação, o perdão e o ajustamento diádico no relacionamento conjugal, assim como comparar os homens e as mulheres em relação ao perdão, à comunicação e ao ajustamento diádico no relacionamento conjugal.

Tratou-se de estudo transversal, utilizando uma metodologia correlacional e uma amostra de conveniência que incluiu 245 participantes. O protocolo de avaliação incluiu os seguintes questionários/escalas: questionário sociodemográfico, Escala de Perdão de Ofensas Específicas, Questionário de Padrões de comunicação e Escala de Ajustamento diádico-Revista.

Verificaram-se associações entre as variáveis, sendo algumas destas negativas (e.g., exigência/afastamento e benevolência) e outras positivas (e.g., interação positiva e satisfação). Não se verificaram diferenças significativas entre os homens e as mulheres nas variáveis do estudo.

Palavras-chave: Perdão; comunicação; ajustamento diádico e relacionamento conjugal.

Abstract

Conjugalidade is one of the most studied events by the experts, with studies finding that the quality of the conjugal relationship is an important indicator of wellbeing for couples and that a low conjugal relationship quality is a risk factor for mental health.

The present study aimed to evaluate a relationship between communication, forgiveness and dyadic adjustment in the marital relationship and, also compare men and women regarding adjustment, communication and dyadic adjustment in the marital relationship.

It was a cross-sectional study, using a correlational methodology and a convenience sample that included 245 participants. The evaluation protocol included the following questionnaires/scales: Sociodemographic Questionnaire, Specific Offenses Forgiveness Scale, Communication Patterns Questionnaire and Dialogue-Revised Adjustment Scale.

Variations are verified between variables, some of which are negative (e.g., changes / withdrawal and benevolence) and others positive (e.g., positive interaction and satisfaction). There are no significant differences between men and women in the study variables.

Keywords: Forgiveness; communication; dyadic adjustment and marital relationship.

Lista de Abreviaturas e Siglas

CEDIC – Comissão de Ética e Deontologia da Investigação Científica

EPCV – Escola de Psicologia e Ciências da Vida

EAD-R–Escala de Ajustamento Diádico- Revista

EPOCE– Escala de Perdão de Ofensas Conjugais Específicas

QPC– Questionário de Padrões de Comunicação

ULHT – Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias

ExgAfast– Exigência/Afastamento

CritDef– Crítica/Defesa

Intpsitv– Interação/Positiva

Ressent– Ressentimento

Benev– Benevolente

Índice Geral

Introdução	1
A comunicação	2
O perdão	2
Ajustamento diádico.....	4
Perdão, comunicação e ajustamento diádico	4
Método	6
Participantes	6
Instrumentos	7
Questionário Sociodemográfico.	7
QPC-VC.....	7
EPOCE.	8
EAD-R..	8
Procedimento	9
Análises estatísticas	9
Resultados	10
Discussão	12
Limitações do estudo	14
Sugestões para investigações futuras	15
Referências	16
ANEXOS	24
ANEXO I.....	25

Índice dos Quadros

Quadro 1 – Correlação entre as variáveis do estudo

Quadro 2 – Comparação das Médias entre as variáveis em relação ao género

INTRODUÇÃO

Carter e McGoldrick, (1995), Rolim e Wendling (2013) e, Heckler e Mosmann, (2016) argumentaram que tornar-se casal é uma das escolhas e decisões mais complexas no ciclo da vida. A relação conjugal envolve fatores como a satisfação do casal em relação ao seu relacionamento, interação, resolução de conflitos, o significado da relação para cada casal, o impacto dessa relação para cada um, as dificuldades, as crenças e a percepção de cada um em relação à conjugalidade, entre outros (Scorsolini & Santos, 2011).

Os conflitos conjugais têm sido investigados há muitas décadas, englobando os seus motivos, intensidade, frequência, etc. (Fincham, 2004; Bolze, Schmidt, Crepaldi & Vieira, 2013; Costa, Delatorre, Wagner & Mosmann, 2017). O interesse dos investigadores neste tópico é identificar fatores com efeitos benéficos para a manutenção, estabilidade e bem-estar do relacionamento conjugal.

Um relacionamento conjugal considerado satisfatório não corresponde necessariamente a ausência de conflitos ou problemas, isto porque o conflito está presente em todos os relacionamentos humanos. Assim, mesmo estando num relacionamento considerado feliz, os casais poderão ter de gerir conflitos no seu relacionamento (Byers, 2005; Curran, Ogolsky, Hazen & Bosch, 2011; Costa, Delatorre, Wagner & Mosmann, 2017).

Segundo Litzinger e Gordon (2005), os elementos centrais do relacionamento (e.g. a comunicação, o ajustamento diádico, o perdão, entre outros) podem influenciar-se uns aos outros, prevendo a satisfação conjugal.

Estudos recentes em terapia conjugal deram contributos importantes, ajudando casais a desenvolver uma boa comunicação, a capacidade de perdoar e estratégias relevantes para resolver conflitos no seu relacionamento (Leggett et al., 2012; Bolze et al., 2013; Schmidt, et al., 2015; Heckler & Mosmann, 2016; Costa et al., 2017).

A comunicação

Watzlawick, Beavin e Jackson, (citado em Alarcão, 2000) identificaram cinco regras base para a comunicação funcional, que são os cinco axiomas da pragmática da comunicação humana (Alarcão, 2000): 1) o comportamento pessoal é a mesma coisa que mensagem; 2) há diversos níveis da comunicação, conteúdo e relação; 3) o comportamento de um sujeito é resultado do comportamento de outro, havendo assim uma circularidade no processo comunicacional; 4) a comunicação é analógica e digital; 5) todas as permutas comunicacionais são simétricas ou complementares, conforme se baseiam na igualdade ou na diferença – as relações saudáveis apresentam tanto o modelo de interação simétrico como o complementar (Alarcão, 2000).

A comunicação integra vários comportamentos e padrões comportamentais, tais como: padrões de interação positiva, de crítica e defesa, exigência e afastamento (Futris, Campbell, Nielsen & Burwell, 2010). Os comportamentos, quer positivos ou negativos, influenciam os relacionamentos conjugais. A comunicação construtiva, por exemplo, pode englobar vários comportamentos positivos que promovem a resolução de conflitos, confiança e compreensão. Alguns autores como Baucom, Baucom, e Christensen, (2015), Schrodt, Witt, e Shimkowski, (2014) e, Futris, Campbell, Nielsen e Burwell, (2010) defendem que a comunicação construtiva ou positiva melhora o relacionamento.

Para Crenshaw, et al. (2017), na comunicação, ambos os elementos do casal tentam discutir o problema, ambos tentam resolvê-lo, expressar sentimentos e fazer sugestões para estimular o melhoramento da relação, portanto ambos trabalham para que o relacionamento seja satisfatório.

O perdão

Paleari, Regalia e Fincham (2009) identificaram e descreveram três níveis de perdão: traço, diádico e específico de uma ofensa. O perdão traço está relacionado com a inclinação de uma pessoa para perdoar os outros por ofensas em várias circunstâncias,

incluindo situações interpessoais que envolvam diferentes relacionamentos. O perdão diádico é a inclinação para perdoar o parceiro por inúmeras ofensas. O perdão específico de uma ofensa relaciona-se com uma ofensa particular (e.g., intimidação, pressão, injúria, ameaça verbal, entre outros) dentro de uma relação interpessoal particular. O perdão específico de uma ofensa pode ser considerado uma mudança motivacional, pois a pessoa magoada não pretende vingar-se, preferindo perdoar e reconciliar-se com o(a) parceiro(a) (Haversath, Kliem & Kroger, 2017).

O perdão específico da ofensa inclui duas dimensões, uma positiva e outra negativa (Haversath et al., 2017; Paleari et al., 2009). A positiva ou benevolente consiste numa motivação positiva para com o ofensor e na vontade de agir positivamente com ele/a. A dimensão negativa ou ressentimento/vingança (Lopes et al., 2016; Haversath et al., 2017) ou falta de perdão diz respeito à motivação vingativa ou evitante (Paleari et al., 2009). Alguns autores (e.g., Rye et al. (2001); Worthington e Wade (1999)) defendem que as motivações de vingança ou ressentimento e as escapatórias são dimensões diferentes no contexto das relações conjugais.

As ofensas podem envolver ocultação de informações importantes para o casal, traição, violência física e psicológica; no contexto das relações românticas, a ofensa mais comum é a traição (Pereira, 2015 & Teixeira, 2018). As ofensas podem perturbar a relação entre o ofensor e a vítima (e.g., na satisfação conjugal), portanto, representam um desafio para o relacionamento íntimo. A forma como os parceiros respondem à ofensa (e.g. com ressentimento) pode afetar a maneira como se comportam face à relação presente e/ou em futuras interações (e. g. exigência/afastamento). A capacidade de pedir e conceder o perdão é um dos fatores que contribuem para a longevidade conjugal e a satisfação conjugal (Fenell, 1993). Não conhecemos estudos que tenham identificado diferenças entre homens e mulheres a nível do perdão, embora alguns autores afirmem que o género pode influenciar (Toussaint e Weeb, 2005; Paleari et al., 2009; Haversath, Kliem, e Kröger, 2017; Fonceca, Lopes, Gusmão,...& Silva 2017).

Ajustamento diádico

Para Spanier, (citado por Vajda, Thege, & Rózsa, 2017) o ajustamento diádico é um resultado determinado pelo grau de concordância entre os elementos do casal nos diferentes aspetos da vida. O ajustamento diádico é um fator importante para um bom funcionamento relacional na qualidade e nos resultados de saúde, tanto mental como física (Whisman & Baucom, 2012), quando os comportamentos do companheiro são positivos, geram avaliações positivas e elevadas na relação amorosa (Rosado e Wagner, 2015).

Vajda, Thege, e Rózsa, (2017) referem 3 domínios mencionados por Spanier (1976) associados à tensão dentro de um relacionamento conjugal: consenso diádico, satisfação diádica e coesão diádica. Consenso diádico é o nível de entendimento que o casal tem sobre questões básicas do dia-a-dia da relação, tais como questões financeiras, amizades, lazer, religião, entre outras; a satisfação diádica corresponde à perceção do casal em relação às discussões, implicações mútuas, confiança no cônjuge, entre outros; a coesão consiste na partilha emocional do casal. Se houver desajustes nestas áreas que sejam resolvidos, existe maior probabilidade de aumento da satisfação na relação e maior possibilidade de cada elemento ter comportamentos positivos na relação amorosa (Kashdan et al, 2017; Pereira, Ramos, Narciso & Canavarro, 2017).

Nos estudos feitos por autores como Pereira et al. (2017) e Whisman, Uebelacker e Weinstock (2004), verificou-se que o ajustamento diádico entre homens e mulheres é semelhante, isto é, não apresenta diferenças.

Perdão, comunicação e ajustamento diádico

Nas relações conjugais, a dinâmica do funcionamento do casal está associada aos padrões de comunicação e o ajustamento diádico resulta dessa interação, nos aspetos importantes como resolução de problemas do relacionamento do casal (Vajda, Thege, & Rózsa, 2017; Chaves, Canavaro & Ramos, 2018). Quando os elementos do casal estão satisfeitos com o relacionamento, há menos críticas e exigências. No entanto, se numa

discussão o nível de exigência for elevado, pode causar o afastamento dos elementos do casal (Rosado & Wagner, 2015).

Segundo Worthington et al. (2015) e Costa et al. (2017), a comunicação pode provocar alterações na capacidade de expressar empatia, nas necessidades no indivíduo, no ajustamento diádico e no perdão ou resolução de conflitos e nos resultados da terapia conjugal, diminuindo respostas desagradáveis.

Em estudos sobre terapia de casal Worthington Jr et al. (2015) e Bélanger et al. (2015) concluíram que a intervenção no ajustamento diádico melhora a comunicação e a disposição para perdão.

No contexto conjugal, o perdão afeta positivamente a satisfação conjugal (Chung, 2014), a resolução de problemas e conflitos (Fife, Weeks, & Stellberg-Filbert, 2013), a durabilidade do relacionamento (Toussaint, Owen, & Cheadle, 2011), gerando um aumento de proximidade, cumplicidade, intimidade e compromisso (Fincham & Beach, 2002). Por outro lado, o nível baixo do perdão ou a falta dele está associada a menor proximidade e intimidade e maior inimizade, além de maior agressão psicológica entre os elementos do casal (Gordon & Baucom, 2003).

Para que haja perdão, os elementos do casal têm que comunicar, porque a comunicação é necessária para a clarificação e resolução do problema; não comunicar compromete a percepção dos sentimentos e das necessidades dos elementos do casal (Prado & Vandenberghe, 2008).

Há uma relação entre comunicar e perdoar num relacionamento conjugal, pois a comunicação é um fator indispensável do dia-a-dia do casal porque permite construir relações, potenciando a resolução de conflitos conjugais (Rodrigues, 2013). Comunicar as suas dificuldades permite aos elementos do casal mudar as percepções, para identificarem aspetos positivos ou negativos (Costa & Mosmann, 2015). A forma (apreciativa ou insultuosa) como comunicamos com os outros comunica o nível da relação (Watzlawick, Beavin & Jackson, 1981; Overall & McNulty, 2017).

Markman, Rhoades, Stanley, Ragan e Whitton (2010) argumentam que a comunicação negativa no relacionamento conjugal é um fator de influência mais forte que

a comunicação positiva, pois as experiências negativas têm mais impacto e sobrepõem-se às positivas. Os casais que têm baixa capacidade para identificar padrões comportamentais aprendidos na relação dos pais levam para os seus relacionamentos essa incapacidade e repetem os erros no próprio relacionamento.

Alguns autores (e.g., Reis e Patrick, (1996); Woodin, (2011), Wood, Moore, Clarkwest e Killewald, (2014), Lavner, Karney e Bradbury (2016)) argumentam que a comunicação precede a satisfação conjugal e mudança ao longo do tempo, salientando que a comunicação previne o sofrimento e pode impedir a dissolução de relacionamento conjugal.

Segundo Worthington, et al. (2015) a comunicação promove o perdão e muda o clima emocional no relacionamento, assim como o perdão provavelmente influencia a comunicação.

Este estudo teve dois objetivos: 1) avaliar a relação entre a comunicação, o perdão e o ajustamento diádico em relacionamentos conjugais e 2) Comparar homens e mulheres em relação ao perdão, comunicação e ajustamento diádico no relacionamento conjugal.

MÉTODO

Participantes

O protocolo de investigação foi respondido por 249 pessoas. Somente 245 cumpriram os critérios de inclusão do estudo: estar num relacionamento conjugal, ter idade mínima de 18 anos, ter nacionalidade portuguesa e residir em Portugal. A amostra incluiu 173 (70,6 %) participantes do sexo feminino e 72 (29,4 %) do sexo masculino, com idades compreendidas entre 18 e 75 anos ($M = 32,51$, $DP = 9,84$). A escolaridade mínima foi de 5 anos e a máxima de 26 anos ($M = 14,96$, $DP = 3,43$). Relativamente ao estado civil, 108 (44 %) participantes eram solteiros, 131 (53,5 %) eram casados ou unidos de facto e 6 (2,4 %) eram separados/divorciados. A maioria dos participantes coabitava com o/a companheiro/a ($n = 175$, 71,4 %) e 1,2 % já fez terapia conjugal.

Instrumentos

O protocolo de avaliação incluiu 11 questionários, dos quais utilizámos o Questionário Sociodemográfico, a Escala de Perdão de Ofensas Conjugais Específicas (EPOCE), o Questionário de Padrões de Comunicação – Versão Curta (QPC-VC) e a Escala de Ajustamento Diádico-Revista (EAD-R).

Questionário Sociodemográfico

O *questionário sociodemográfico* incluiu 26 perguntas sobre dados pessoais dos participantes (e.g., idade, nacionalidade, orientação sexual, duração do relacionamento, acompanhamento psicológico, histórico de doença física ou psicológica).

QPC-VC

O *Questionário de Padrões de Comunicação-Versão Curta* avalia as percepções da comunicação diádica sobre problemas do relacionamento conjugal. Os itens para o QPC foram desenvolvidos por Christensen e Sullaway (1984), sendo posteriormente desenvolvida uma versão reduzida por Christensen e Heavey (1990; adaptação portuguesa em curso). É solicitado aos cônjuges que identifiquem os seus padrões de comunicação típicos quando surge uma questão ou problema na relação e durante as discussões da questão ou problema. As opções de resposta estão numa escala do tipo Likert, variando de 1 (Muito improvável) a 9 (Muito provável). A versão curta inclui 11 itens organizados em três subescalas. Na subescala para avaliar interações positivas (e.g. “Tanto eu como o/a meu/minha companheiro/a expressamos os nossos sentimentos um ao outro”), a consistência interna neste estudo foi $\alpha = 0,84$ para as mulheres e $\alpha = 0,72$ para os homens. Na subescala que avalia criticismo e defensividade (e.g., “Eu critico, enquanto o/a meu/minha companheiro/a se defende.”), a consistência interna foi $\alpha = 0,87$ para os homens e $\alpha = 0,82$ para as mulheres. Na subescala de exigência e afastamento (e.g., “O/a meu/minha companheiro/a tenta iniciar uma discussão sobre o problema, enquanto eu tento evitá-la”), a consistência interna foi $\alpha = 0,71$ para os homens e $\alpha = 0,66$ para as mulheres. Pontuações mais altas em cada subescala indicam uma maior probabilidade de usar esse padrão de comunicação durante as interações de conflito.

EPOCE

A *Escala de Perdão de Ofensas Conjugais Específico* (Paleari, Regalia & Fincham, 2009; adaptação portuguesa em curso), permite avaliar o perdão conjugal em situações específicas. Esta escala é constituída por 10 itens e duas subescalas. As respostas são medidas numa escala de Likert de 6 pontos (1 = Discordo totalmente a 6 = concordo totalmente). Uma das subescalas avalia o ressentimento (por exemplo, “Desde que o(a) meu(minha) companheiro(a) se comportou daquela forma, eu tenho tido menos vontade de falar com ele(a)”). No presente estudo, a consistência interna desta subescala foi $\alpha = 0,86$ para mulheres e $\alpha = 0,93$ para homens. A segunda subescala avalia a benevolência (por exemplo, “Apesar de ele(a) me ter magoado, eu definitivamente pus de lado o que aconteceu, para que pudéssemos prosseguir a nossa relação”), tendo uma consistência interna de 0,98 para homens e 0,78 para mulheres. No presente estudo, apenas 74 participantes (63 mulheres e 11 homens) responderam à escala, considerando um comportamento do companheiro/a que tenha gerado bastante mágoa (e.g., “afastamento emocional”; “manipulação”; “ciúme”, etc.) Os restantes participantes não identificaram qualquer comportamento com este impacto.

EAD-R

Inicialmente, a *Escala de Ajustamento Diádico* era construída por 32 itens, posteriormente foi revista e reduzida para 14 itens (Spanier, 1976; Busby et al., 1995; Pereira, Ramos, Narciso, & Canavarro, 2017). Consiste numa medida de autorresposta para avaliar o nível de ajustamento conjugal ou a qualidade de relacionamento conjugal, permitindo qualificar os casais quanto à existência ou não de dificuldades de ajustamento (Pereira, Ramos, Narciso & Canavarro, 2017).

Compreende três subescalas: Consenso, para avaliar a tomada de decisão, valores e afeto com uma escala de Likert (0 = sempre em desacordo a 5 = sempre de acordo), que apresentou um $\alpha = 0,76$ para homens e para mulheres $\alpha = 0,76$; Satisfação, que avalia a estabilidade e conflito (e.g., “Com que frequência costuma discutir com o(a) seu(sua) companheiro(a)?”, com uma escala de Likert (0 = *sempre* a 5 = *nunca*), cuja consistência

interna para as mulheres foi $\alpha = 0,77$ e para homens $\alpha = 0,67$; Coesão, que avalia discussões e atividades (e.g. “Trabalhar em conjunto num projeto), com uma escala de Likert (0 = nunca a 5 = frequentemente), cuja consistência para homens foi $\alpha = 0,76$ e para mulheres $\alpha = 0,76$. A pontuação total (calculada a partir da soma de todos os itens) demonstrou um nível bom de consistência interna (homens: $\alpha = 0,82$; mulheres $\alpha = 0,86$). Valores mais altos na escala indicam maior qualidade de relacionamento ou maior satisfação no relacionamento.

Procedimento

Tratou-se de estudo transversal, utilizando uma metodologia correlacional e uma amostra de conveniência.

O projeto foi aprovado pela Comissão de Ética e Deontologia da Investigação Científica (EDIC) da Escola de Psicologia e Ciências da Vida (EPCV) da Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias (ULHT). Os dados foram recolhidos através de uma plataforma disponível online e foi divulgada pelos contactos sociais dos investigadores.

O protocolo incluiu um documento de consentimento informado, cuja leitura e aceitação foram um requisito para a participação na presente investigação. O preenchimento dos questionários exigiu cerca de 30 minutos.

Análises estatísticas

Os dados estatísticos foram analisados com recurso ao software IBM SPSS Statistics versão 20.

Foram calculadas estatísticas descritivas (médias, desvios padrões, frequências e percentagens) para caracterizar a amostra e para descrever as variáveis do estudo.

Para avaliar a consistência interna das medidas, foi calculado o alfa de Cronbach de cada uma das escalas. Para a realização do primeiro objetivo, realizámos correlações de Pearson. Para o segundo objetivo, foi usado o teste *t* para amostras independentes (teste *t*-Student).

RESULTADOS

Relativamente ao primeiro objetivo, constatou-se que há associações entre as variáveis criticar/defender, exigir/afastar, interações positivas, ressentimento, benevolência, consenso, satisfação e coesão (ver Quadro 1).

Quadro 1

Correlações entre as variáveis do estudo

	CritDef	ExiAfast	IntPost	Ress	Benv	Cons	Satf	Coes
CritDef		,61**	-,42**	,40**	-,07	-,43**	-,57**	-,41**
ExiAfast			-,64**	,46**	-,21*	-,41**	-,50**	-,39**
IntPsit				-,48**	,22*	,43**	,46**	,51**
Ressent					-,10	-,51**	-,63**	-,40**
Benev						,32**	,17	,07
Cons							,67**	,44**
Satf								,46**

** correlação é significativa no nível 0,01; *correlação é significativa no nível 0,05. *Nota:* CritDe (Crítico/Defender); ExiAfast (Exigência afastamento); IntPsit (Interações positivas), Ressent (Ressentimento); Benv (Benevolência); Cons (Consenso); Satf (Satisfação); Coes (coesão).

De acordo com o Quadro 1, podemos verificar que a maioria das variáveis estão correlacionadas e apresentam um efeito médio (r entre .30 e .50) e, em alguns casos, grande ($r > .50$) (Cohen et al., 2013). Algumas correlações são positivas (e.g., Interações positivas e Satisfação), demonstrando que quanto maior é uma variável, maior é a outra. Algumas variáveis correlacionam-se negativamente, pelo que quanto maior é a intensidade de uma, menor é a intensidade da outra (e.g., Satisfação/Exigência afastamento; Consenso/Crítica e Defesa).

Alguns pares de variáveis não se mostraram associados (e.g., coesão e Benevolência).

Em relação ao segundo objetivo, não se verificaram diferenças significativas entre homens e mulheres (ver quadro 2).

Quadro 2

Comparações de género nas variáveis do estudo

	Mulheres		Homens		<i>t</i>	<i>p</i>
	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>		
Criticar/Defender (QPC-VC)	10,73	6,34	9,90	6,25	,94	,346
Exigir/Afastar (QPC-VC)	15,53	7,61	15,08	7,65	,42	,675
Interação Positiva (QPC-VC)	21,54	5,00	21,86	4,55	-,46	,648
Ressentimento (EPOCE)	14,50	6,88	11,68	6,58	1,91	,058
Benevolência (EPOCE)	15,55	5,03	14,32	7,71	,98	,330
Consenso (EAD-R)	3,87	0,64	3,96	0,59	,98	,330
Satisfação (EAD-R)	3,86	0,69	4,00	0,59	1,53	,126
Coesão (EAD-R)	3,20	1,06	3,38	1,03	1,18	,238

Nota: EAD-R= Escala de Ajustamento Diádico-Revista; QPC-VC= Questionário de Padrões de Comunicação-Versão Curta; EPOCE= escala de Perdão de Ofensas Conjugais Específicas

DISCUSSÃO

O estudo teve dois objetivos: 1) avaliar a relação entre a comunicação, o perdão e o ajustamento diádico no relacionamento conjugal e 2) comparar homens e mulheres em relação ao perdão, comunicação e ajustamento diádico no relacionamento conjugal. Utilizámos uma amostra composta por participantes de ambos os sexos, com idade igual ou superior a 18 anos, nacionalidade portuguesa e residentes em Portugal.

Relativamente ao primeiro objetivo, concluímos que a coesão está associada positivamente com satisfação, consenso e interações positivas. A comunicação potencia resultados como satisfação, o que vai ao encontro daquilo que a literatura sugere: é através da comunicação que o casal toma decisões importantes para o benefício do seu relacionamento (Gottman & Anotarius, 2000). Isto explica que quanto maior é a coesão, maior é a satisfação, o consenso e a interação positiva.

A coesão associou-se negativamente à crítica / defesa, exigência/ afastamento e motivação ressentimento. No relacionamento, a presença do acordo diminui a exigência ou o ressentimento por parte do outro, assim como o aumento da defesa e o afastamento diminui a discussão ou a hipótese de o casal organizar atividades em conjunto (Futris, et al., 2010). A associação entre coesão e crítica/defesa explica que durante uma discussão com o(a) parceiro(a), quanto maior é a clareza da discussão, menor é a crítica por parte do(a) companheiro(a), ou seja, o(a) companheiro(a) é menos defensivo, e quanto menor é a defesa, maior será o desempenho da realização das atividades em conjunto. A correlação entre coesão e exigência/afastamento mostra que quando o companheiro(a) tenta iniciar a discussão para o esclarecimento do problema, o outro afasta-se e torna-se mais exigente, isto é, quanto mais o companheiro afasta ou exige, menor é a tentativa do esclarecimento do problema por parte do companheiro(a). Em relação à coesão e motivação benevolente não há associação, portanto, num relacionamento, um dos cônjuges pode estar disposto a perdoar sem estar dependente de qualquer atividade ou conversação que pode ter com o parceiro da relação (Paleari, Regalia & Fincham, 2009).

Em relação à satisfação, está associada positivamente com interações positivas, consenso e motivação benevolente. Quanto menos evitante é o relacionamento, maiores

são a proximidade e apoio na relação conjugal (Ficham, Jakson & Beach, 2005). A associação entre a satisfação e interações positivas nos indica que quanto mais o companheiro(a) expressar os seus sentimentos, maior é a estabilidade conjugal. E quanto à relação entre satisfação e motivação benevolente, mostra que mesmo que haja conflito no relacionamento, os casais procuram estar predispostos a deixar de lado o que lhes provocam mágoa e continuar com a relação.

A exigência/afastamento associou-se positivamente à crítica/defesa e motivação/ressentimento. O que facilita uma comunicação eficaz durante um conflito é a clareza da comunicação. Assim, o perdão é mais facilmente concedido quando a parte ofendida percebe a ofensa como pouco grave. Como é de esperar, quando diminui a exigência, diminui também a crítica e o afastamento (Futris, et al., 2010; Paleari, Regalia & Fincham, 2009). A exigência/afastamento, estando associada com motivação/ressentimento, indica que quanto mais o companheiro(a) evita a discussão maior é o ressentimento entre eles, isto é maior é a mágoa e menor a predisposição para perdoar os erros do companheiro.

As interações positivas, como se espera, associaram-se à motivação benevolente. Este estudo demonstra que, num relacionamento conjugal, o perdão está associado à comunicação. Para que o relacionamento perdure, os elementos do casal devem comunicar e perdoar-se mutuamente (Ficham, Beach & Davila, 2004).

A coesão, a satisfação e o consenso associaram-se negativamente à exigência/afastamento, crítica/defesa e motivação/ressentimento. À medida que os elementos do casal se sentem mais realizados no relacionamento, menor é a probabilidade de mágoas ou ofensas na relação, como defendeu Spanier (1976), e quando, no relacionamento, o ressentimento, está presente pode haver mágoas, críticas, afastamento, ofensas, entre outros sentimentos que prejudicam o relacionamento (Paleari, Regalia & Fincham, 2009).

Quanto ao segundo objetivo, o nosso estudo revelou que não existem diferenças estatisticamente significativas entre homens e mulheres nas variáveis do estudo, o que vai ao encontro dos resultados de Frutis (2010), Paleari, Regalia e Fincham (2009), Christensen e Heavey (1990) e Pereira, Ramos, Narciso e Canavarro, (2017). Salientamos

que as mulheres apresentaram médias superiores aos homens na escala de ressentimento, sendo uma diferença próxima da significância estatística, no entanto, nos estudos anteriores, a influência do gênero foi pouco explorada nas variáveis utilizadas neste estudo.

Em conclusão, quando a relação conjugal envolve ressentimento, exigências, insatisfação, pode ser prejudicial para os elementos do casal, no entanto, níveis altos de comunicação positiva, disposição para perdoar e ajustamento relacional estão associados a maior satisfação, qualidade, durabilidade de relacionamento, maior benefício e bem-estar pessoal (Ficham & Beash 2002; Frutis, 2010; Bermúdez, Gale, Lewis, Meyer, Stinson, & Templeton, 2017)

Esta temática é muito relevante, visto que a qualidade das relações conjugais tem sido demonstrada como um importante indicador do bem-estar de casais e a baixa qualidade conjugal é um fator de risco significativo para sintomas de saúde mental (Kouros, Papp, & Cummings, 2008).

LIMITAÇÕES DO ESTUDO

Uma limitação do nosso estudo é que os dados recolhidos são autorrelatos. Além disso, os dados são correlacionais, o que não permite identificar relações de causalidade.

A terceira limitação é que o protocolo de avaliação era extenso, o que originou reclamações de muitos participantes dada a demora do preenchimento e levou a algumas desistências.

SUGESTÕES PARA INVESTIGAÇÕES FUTURAS

Em estudos futuros, seria importante recolher uma amostra mais representativa da população portuguesa.

Em relação ao género, são precisos estudos mais aprofundados focados nas variáveis do nosso estudo.

REFERÊNCIAS

- Alarcão, M. (2000). (Des)Equilíbrios Familiares. Coimbra: Quarteto
- Bélanger, C., Laporte, L., Sabourin, S., & Wright, J. (2015). The effect of cognitive-behavioral group marital therapy on marital happiness and problem solving self-appraisal. *The American Journal of Family Therapy*, 43(2), 103-118. doi: 10.1080/01926187.2014.956614.
- Bereza, E., Martins, J., Moresco, L. & Zanoni, S. (2008). A influência da comunicação no relacionamento conjugal. *Arquivos de Ciências da Saúde da Unipar*, Umuarama .9(1) Jan./abr. 31-36.
- Bermúdez, J. M., Gale, J., Lewis, D., Meyer, A. S., Stinson, M. A., & Templeton, G. B. (2017). Marital Satisfaction, Conflict Resolution Styles, and Religious Attendance Among Latino Couples: Using the Actor–Partner Interdependence Model. *The Family Journal*, 25(3), 215-223. doi: 10.1177/1066480717710645.
- Bolze, S. D. A., Schmidt, B., Crepaldi, M. A., & Vieira, M. L. (2013). Relacionamento conjugal e táticas de resolução de conflito entre casais. *Actualidades en psicología*, 27(114), 71-85. Acedido a 08 de julho de 2019 <http://kerwa.ucr.ac.cr/handle/10669/8806/browse?type=dateissued>.
- Bolze, S. D. A., Schmidt, B., Crepaldi, M. A., & Vieira, M. L. (2013). Relacionamento conjugal e táticas de resolução de conflito entre casais. *Actualidades en psicología*, 27(114), 71-85. Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=133232388006>.
- Byers, E. S. (2005). Relationship satisfaction and sexual satisfaction: A longitudinal study of individuals in long-term relationships. *Journal of Sex Research*, 42(2), 113–118. doi:10.1080/00224490509552264.
- Carter, B., & McGoldrick, M. (1995). *As mudanças no ciclo de vida familiar: Uma estrutura para a terapia familiar*. (vol.1. pp 7-21) Porto Alegre: Artes Médicas.

- Chaves, C., Canavarro, M. C., & Moura-Ramos, M. (2019). The role of dyadic coping on the marital and emotional adjustment of couples with infertility. *Family process*, 58(2), 509-523. doi: 10.1111/famp.12364.
- Christensen, A., & Heavey, C. L. (1990). Gender and social structure in the demand/withdraw pattern of marital conflict. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(1), 73-81. doi:10.1037/0022-3514.59.1.73.
- Christensen, A., & Sullaway, M. (1984). Communication patterns questionnaire. Unpublished questionnaire. Los Angeles: University of California.
- Chung, M.-S. (2014). Pathways Between Attachment and Marital Satisfaction: The mediating roles of rumination, empathy, and forgiveness. *Personality and Individual Differences*, 70, 246–251. doi:10.1016/j.paid.2014.06.032.
- Cohen, J. (2013). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. Routledge. doi:10.4324/9780203771587.
- Costa, C. B. D., & Mosmann, C. P. (2015). Relacionamentos conjugais na atualidade: percepções de indivíduos em casamentos de longa duração. *Revista da SPAGESP*, 16(2), 16-31. Acedido a 10 de abril de 2019 http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S167729702015000200003&lng=pt&tlng=.
- Costa, C. B. D., Delatorre, M. Z., Wagner, A., & Mosmann, C. P. (2017). Terapia de casal e estratégias de resolução de conflito: Uma revisão sistemática. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 37(1), 208-223. doi.10.1590/1982-3703000622016.
- Crenshaw, A. O., Christensen, A., Baucom, D. H., Epstein, N. B., & Baucom, B. R. W. (2017). Revised scoring and improved reliability for the Communication Patterns Questionnaire. *Psychological Assessment*, 29(7), 913–925. doi:10.1037/pas0000385.
- Curran, M., Ogolsky, B., Hazen, N., & Bosch, L. (2011). Understanding marital conflict 7 years later from prenatal representations of marriage. *Family Process*, 50(2), 221-234. doi.org/10.1111/j.1545-5300.2011.01356.x.

- Dias, M. O. (2011). Um olhar sobre a família na perspectiva sistémica: O processo de comunicação no sistema familiar. *Gestão e Desenvolvimento*, 19, 139-156. Consultado em 2 de Fevereiro de 2019. Disponível em <https://repositorio.ucp.pt/handle/10400.14/9176>
- Fegueredo, P. M. V. (2005). A Influência do locus de controle conjugal, das habilidades sociais conjugais e da comunicação conjugal na satisfação com o casamento. *Ciências & Cognição*, 6(1), 123-132. Acedido a 13 de março de 2019, de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S180658212005000300014&lng=pt&tlng=pt
- Fenell, D. L.(1993). Characteristics of long-term first marriages. *Journal of Mental Health Counseling*, 15(4), 446-460.
- Fife, S. T., Weeks, G. R., & Stellberg-Filbert, J. (2013). Facilitating forgiveness in the treatment of infidelity: An interpersonal model. *Journal of Family Therapy*, 35(4), 343-367. doi:10.1111/j.1467-6427.2011.00561.x
- Fincham, F. D., & Beach, S. R. H. (2002). Forgiveness in Marriage: Implications for Psychological Aggression and Constructive Communication. *Personal Relationships*, 9(3), 239–251. doi:10.1111/1475-6811.00016
- Fincham, F. D., Beach, S. R., & Davila, J. (2004). Forgiveness and conflict resolution in marriage. *Journal of family Psychology*, 18(1), 72-81. doi: 10.1037/0893-3200.18.1.72.
- Futris, T. G., Campbell, K., Nielsen, R. B., & Burwell, S. R. (2010). The Communication Patterns Questionnaire-Short Form: A Review and Assessment. *The Family Journal*, 18(3), 275–287. doi:10.1177/1066480710370758
- Fonsêca, P. N., Lopes, B. J., Gusmão, E. E. S., Pessoa, V. S. A., Couto, R. N., Silva, M. I. F.(2017) Marital Forgiveness: An Explanation Based on Human Values. *Trends in Psychology*, 25 (4), 1913-1926. doi: 10.9788/TP2017.4-20Pt

- Gordon, K. C. (2003). Forgiveness and Marriage: Preliminary Support for a Measure Based on A Model of Recovery From A Marital Betrayal. *The American Journal of Family Therapy*, 31(3), 179–199. doi:10.1080/01926180301115.
- Gottman, J. M. & Notarius, C. I. (2000). Decade review: Observing marital interaction. *Journal of Marriage and the Family*, 62, 927–947. doi: 10.1111/j.1741-3737.2000.00927.x
- Haversath, J., Kliem, S., & Kröger, C. (2017). Measuring Spousal Forgiveness: German version of the Marital Offence-Specific Forgiveness Scale (MOFS-German). *Family relations*, 66(5), 809-823. doi: 10.1111/fare.12290
- Heckler, V. I., & Mosmann, C. (2016). Casais de dupla carreira nos anos iniciais do casamento: Compreendendo a formação do casal, papéis, trabalho e projetos de vida. *Barbarói*, 41, 119-147. doi.10.17058/barbaroi.v2i41.3468
- Kashdan, T. B., Blalock, D. V., Young, K. C., Machell, K. A., Monfort, S. S., McKnight, P. E., & Ferssizidis, P. (2017). Personality strengths in romantic relationships: Measuring perceptions of benefits and costs and their impact on personal and relational well-being. *Psychological Assessment*. Advance online publication. doi.org/10.1037/pas0000464
- Kouros, C. D., Papp, L. M., & Cummings, E. M. (2008). Interrelations and moderators of longitudinal links between marital satisfaction and depressive symptoms among couples in established relationships. *Journal of Family Psychology*, 22(5), 667-677. doi.org/10.1037/0893-3200.22.5.667
- Lavner, J. A., Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (2016). Does couples' communication predict marital satisfaction, or does marital satisfaction predict communication? *Journal of Marriage and Family*, 78(3), 680-694. doi:10.1111/jomf.12301
- Leggett, D. G., Roberts-Pittman, B., Byczek, S., & Morse, D. T. (2012). Cooperation, Conflict, and Marital Satisfaction: Bridging Theory, Research, and Practice. *Journal of Individual Psychology*, 68(2). 182-199 Disponível em <https://psycnet.apa.org/record/2012-13606-006>.

- Markman, H. J., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., Ragan, E. P., & Whitton, S. W. (2010). The premarital communication roots of marital distress and divorce: the first five years of marriage. *Journal of Family Psychology*, 24(3), 289-298. doi.org/10.1037/a0019481
- McCullough, M. E., Rachal, K. C., Sandage, S. J., Worthington Jr, E. L., Brown, S. W., & Hight, T. L. (1998). Interpersonal forgiving in close relationships: II. Theoretical elaboration and measurement. *Journal of personality and social psychology*, 75(6), 1586- 1603.
- McCullough, M. E., Worthington, E. L., & Rachal, K. C. (1997). Interpersonal forgiving in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(2), 321–336. doi:10.1037/0022-3514.73.2.321.
- Overall, N. C., & McNulty, J. K. (2017). What type of communication during conflict is beneficial for intimate relationships? *Current Opinion in Psychology*, 13, 1–5. doi:10.1016/j.copsyc.2016.03.002
- Paleari, F. G., Regalia, C., & Fincham, F. D. (2009). Measuring offence-specific forgiveness in marriage: the Marital Offence-Specific Forgiveness Scale (MOFS), *Psychological Assessment*, 21 (2), 194-209. doi: 10.1037/a0016068
- Pereira, M., Ramos, M. M., Narciso, I. & Canavarro, M. C., (2017) *Psychometric properties of the Revised Dyadic Adjustment Scale (RDAS) in a sample of couples: Testing the factorial invariance across gender*. Pag 1-7, Comunicação oral apresentada nos dias 5 a 7 de julho na 14º European Conference on Psychological Assessment (ECPA) Lisboa.
- Pereira, R. (2015). Por que não se separam: A perda da confiança no relacionamento conjugal. *Pensando famílias*, 19(2), 3-20. Recuperado em 07 de junho de 2019, de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-494X2015000200002&lng=pt&tlng=pt.
- Prado e Silva, L., & Vandenberghe, L. (2008). A importância do treino de comunicação na terapia comportamental de casal. *Psicologia em Estudo*, 13(1) 161-168. doi:10.1590/S1413-73722008000100019.

- Reis, H. T., & Patrick, B. C. (1996). Attachment and intimacy: Component processes. In E. T. Higgins & A. W. Kruglanski (Eds.), *Social psychology: Handbook of basic principles* (pp. 523–563). New York.
- Rodrigues, S. M. S. (2013). Comunicação em casais satisfeitos: que significações e processos?: um estudo qualitativo exploratório (Tese de doutoramento Universidade de Lisboa). Retirado em <http://repositorio.ul.pt/handle/10451/10580>.
- Rolim, K. I., & Wendling, M. I. (2013). A história de nós dois: Reflexões acerca da formação e dissolução da conjugalidade. *Psicologia Clínica*, 25(11), 165-180. Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=291029762010>.
- Rosado, J. S., & Wagner, A. (2015). Qualidade, ajustamento e satisfação conjugal: revisão sistemática da literatura. *Pensando famílias*, 19(2), 21-33. Acedido em 25 de julho de 2019, de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-494X2015000200003&lng=pt&tlng=.
- Rye, M. S., Loiacono, D. M., Folck, C. D., Olszewski, B. T., Heim, T. A., & Madia, B. P. (2001). Evaluation of the psychometric properties of two forgiveness scales. *Current Psychology*, 20(3), 260-277.
- Schmidt, B., Bolze, S. D. A., Vieira, M. L., & Crepaldi, M. A. (2015). Relacionamento conjugal e características sociodemográficas de casais heteroafetivos. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, 15(3), 871-890. Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=451844505006>.
- Scorsolini, C., F., & Santos, M. D. (2011). Ajustamento diádico e satisfação conjugal: correlações entre os domínios de duas escalas de avaliação da conjugalidade. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 24(3), 439-447. Acedido em 08 de julho de 2019 de <http://producao.usp.br/handle/BDPI/6684>
- Silva, L. P., & Vandenberghe, L. (2009). Comunicação versus resolução de problemas numa sessão única de terapia comportamental de casal. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 11(1), 43-60.

- Teixeira, A. I. M. (2017). O perdão nas relações diádicas de intimidade. *Psicologia.pt, Portal dos psicólogos* ISSN 1646-6977 Documento publicado em 03 de dezembro de 2017.
- Toussaint, L. L., Owen, A. D., & Cheadle, A. (2011). Forgive to Live: Forgiveness, Health, and Longevity. *Journal of Behavioral Medicine*, 35(4), 375–386. doi:10.1007/s10865-011-9362-4.
- Vajda, D., Thege, B. K., & Rózsa, S. (2017). Factor structure of the Dyadic Adjustment Scale: A bifactor exploratory structural equation modeling approach. *European Journal of Psychological Assessment*. doi: 10.1027/1015-5759/a000405
- Watzlawick, P., Beavin, J., & Jackson, D. (1981). *Pragmática da comunicação humana –Um estudo dos padrões, patologias e paradoxos da interação*. S. Paulo: Cultix.
- Whisman, M. A., & Baucom, D. H. (2012). Intimate relationships and psychopathology. *Clinical Child Family and Psychology Review*, 15(1), 4-13. doi:10.1007/s10567-011-0107-2.
- Wood, R. G., Moore, Q., Clarkwest, A., & Killewald, A. (2014). The long-term effects of building strong families: A program for unmarried parents. *Journal of Marriage and Family*, 76(2), 446-463. doi:10.1111/jomf.12094.
- Woodin, E. M. (2011). A two-dimensional approach to relationship conflict: Meta-analytic findings. *Journal of Family Psychology*, 25(3), 325-335. doi.org/10.1037/a0023791.
- Worthington Jr, E. L., & Wade, N. G. (1999). The psychology of unforgiveness and forgiveness and implications for clinical practice. *Journal of Social and clinical psychology*, 18(4), 385-418. doi.org/10.1521/jscp.1999.18.4.385.
- Worthington Jr, E. L., Berry, J. W., Hook, J. N., Davis, D. E., Scherer, M., Griffin, B. J., ... & Sharp, C. B. (2015). Forgiveness-reconciliation and communication-conflict-resolution interventions versus retested controls in early married couples. *Journal of Counseling Psychology*, 62(1), 14-27. doi: 0.1037/cou0000045.
- Whisman, M. A., Uebelacker, L. A., & Weinstock, L. M. (2004). Psychopathology and marital satisfaction: The importance of evaluating both partners. *Journal of*

consulting and clinical psychology, 72(5), 830-838. doi: 10.1037/0022-006X.72.5.830.

ANEXOS

ANEXO I

In) adaptação na conjugalidade: Avaliação e identificação de preditores

Quem é o responsável pelo estudo?

Este estudo está a ser realizado no âmbito do Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde da Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias (Lisboa). O projeto é coordenado pela Professora Bárbara Nazaré.

O que se pretende com este estudo?

É frequente que as pessoas sintam algumas dificuldades nas suas relações amorosas. Com este estudo, pretendemos conhecer melhor a vivência de adultos portugueses envolvidos numa relação amorosa. Deste modo, poderemos desenvolver ações de prevenção ou intervenção, com o objetivo de apoiar os casais que tenham dificuldades acentuadas.

Quem pode participar no estudo?

Todas as pessoas com 18 anos ou mais, de nacionalidade portuguesa e residentes em Portugal, que tenham atualmente uma relação amorosa (namoro, união de facto, casamento).

Em que consiste a participação no estudo?

Trata-se de uma participação voluntária, que consiste no preenchimento de questionários sobre a relação amorosa e algumas características suas (por exemplo, como lida com as suas emoções). Esta tarefa dura cerca de 15 minutos. A participação no estudo não comporta custos nem é recompensada monetariamente. O único risco que pode advir da sua participação consiste na possibilidade de sentir emoções como tristeza ou ansiedade, relacionadas com o tópico do estudo. Se tal se verificar, poderá entrar em contacto com a investigadora responsável (Bárbara Nazaré: barbara.nazare@ulusofona.pt), que, se necessário, poderá orientá-lo/a para acompanhamento psicológico.

Que direitos têm os participantes?

Os participantes têm o direito de recusar participar no estudo. Caso aceitem participar, poderão desistir do estudo a qualquer momento, sem necessidade de justificar a sua decisão. A eventual desistência não terá consequências negativas.

Como é que os dados recolhidos serão utilizados?

Toda a informação recolhida será anónima e confidencial. Não será recolhida informação que permita identificar os participantes. Os dados obtidos serão destinados apenas a tratamento estatístico e analisados em grupo.

Como poderei entrar em contacto com a investigadora?

Através de email: barbara.nazare@ulusofona.pt (Bárbara Nazaré). Poderá contactar caso pretenda mais informações sobre o estudo.

Sim, aceito participar neste estudo.

Assinatura: _____

Data: ____/____/____