



Ispá

Instituto Universitário
de Ciências Psicológicas,
Sociais e da Vida

**“NÓS FAMILIARES: O DESENTRELAÇAR DAS FAMÍLIAS DE
ORIGEM”**

**O Papel da Diferenciação do Self no Compromisso e na Desilusão
Relacional**

CAROLINA O’SHEA MENDES

Orientador de Dissertação:

PROFESSORA DOUTORA MARIA GOUVEIA-PEREIRA

Professor do Seminário de Dissertação:

PROFESSORA DOUTORA MARIA GOUVEIA-PEREIRA

Dissertação submetida como requisito parcial para a obtenção do grau de:

MESTRE EM PSICOLOGIA CLÍNICA

ESPECIALIDADE EM PSICOLOGIA CLÍNICA

2022

Dissertação de Mestrado realizada sob a orientação da Professora Doutora Maria Gouveia-Pereira, apresentada no ISPA – Instituto Universitário para obtenção do grau de Mestre na especialidade de Psicologia Clínica.

Agradecimentos

“Live in the uncertainties, my dear.

Invent little moments inside those maybes and grow there”

- Akif Kichloo

À Professora Doutora Maria Gouveia-Pereira agradeço a inspiração e o incentivo demonstrado. Obrigada pelas partilhas e a disponibilidade que tornaram possível o culminar deste trabalho.

Às minhas colegas de seminário, obrigada pela entreatada e a reflexividade. Quão bom foi poder pensar e crescer convosco!

Ao Tiago, agradeço em especial o carinho, a cumplicidade e a confiança que sempre depositou em mim. Obrigada por me continuares a acolher - de braços e de peito aberto. És muito especial.

À minha querida Patrícia, agradeço o companheirismo. Obrigada por teres tornado a capital um espaço repleto de memórias bonitas, de aconchego e de amizade genuína. Às minhas queridas Cátia e Felícia, obrigada por todos os risos que me arrancaram ao longo deste percurso. Certamente que aligeiraram muitos desafios com essa vossa alegria e disposição!

Aos restantes amigos que fizeram de Lisboa *“a home from home”*, o meu mais sincero obrigada. Sem dúvida que marcaram a diferença nestes 5 anos!

À minha família, obrigada por terem tornado tudo isto possível. Obrigada por me incentivarem sempre a dar o melhor de mim e por me acolherem em momentos de dúvida. Obrigada por celebrarem comigo as minhas “pequenas grandes vitórias”.

À minha mãe, em especial, obrigada pela presença que se fez sempre sentir. Obrigada por me teres dado sempre a mão (e o ouvido!) no caminho que é a gestão de expectativas! À minha irmã Ruby, por me desafiar com muito amor e carinho. Ao Tomás por, desde cedo, me ter ensinado a importância de olharmos para o mundo com curiosidade e humildade.

Ao tio Orlando e à tia Celeste agradeço a oportunidade de vos ter tido por perto e de partilhar, entre gargalhadas e sabedoria, estes últimos anos! Obrigada pelas lições diárias em torno do amor e da cumplicidade. “Quando for grande, quero ser como vocês!”

Aos restantes que com o meu caminho se cruzaram, agradeço-vos por tanto!

Resumo

O presente estudo teve como principal objetivo investigar o papel mediador da Diferenciação do Self e dos seus diversos componentes (e.g.: Reatividade Emocional, Fusão com Outros, *Cut-off* Emocional e Posição do Eu) na relação entre a Transgeracionalidade e o Compromisso. Paralelamente, procurou estudar a relação entre a Diferenciação do Self e a Desilusão Relacional. Com efeito, 192 participantes, envolvidos numa relação amorosa há pelo menos uma ano, foram recrutados online através do método de amostragem da “bola de neve”, para responderem aos seguintes instrumentos: Escala dos Legados da Família de Origem (ELFO), Inventário da Diferenciação do Self – Revisto (IDS-R), Inventário de Componentes de Qualidade Relacional Percebida (IPRQC) e Escala de Desilusão Relacional (EDR). No que respeita aos resultados mais salientes, o presente estudo indica uma relação significativa entre a Transgeracionalidade e o Compromisso, concluindo que apenas o *Cut-off* Emocional e a Posição do Eu medeiam significativamente esta relação, explicando aproximadamente 7.4% e 8.10% da variabilidade do Compromisso, respetivamente. Por outro lado, o estudo evidencia correlações negativas e significativas entre as pontuações globais da Diferenciação do Self, as respetivas dimensões e a Desilusão Relacional. Em suma, estes resultados reforçam a influência das famílias de origem no compromisso amoroso. Mais concretamente, o estudo propõe um caminho através do qual, indivíduos com dificuldades em se diferenciarem das suas famílias de origem, podem se comprometer em relacionamentos futuros. Por fim, e tendo em conta as descobertas contrárias à literatura científica, são avançadas hipóteses explicativas para a relação encontrada entre o *Cut-off*, Reatividade Emocional, Fusão com outros e a Desilusão Relacional.

Palavras-Chave: Transgeracionalidade; Diferenciação do Self, Compromisso, Desilusão Relacional

Abstract

The purpose of this study was to investigate the mediating role of Differentiation of Self (D.o.S) and its various components (e.g.: Emotional Reactivity, Fusion with Others, Emotional Cut-off and I Position) in the relationship proposed between Family Transmission and Commitment. In addition, the study also aimed to understand the association between D.o.S and Relationship Disillusionment. To this extent, 192 participants involved in a romantic relationship for at least a year, were recruited online via “snowball sampling” to answer the following instruments: Family of Origin Legacy Scale (*ELFO*), Differentiation of Self Inventory – Revised (*DSI-R*), Inventory of Perceived Relationship Quality Components (*IPRQC*) and Relationship Disillusionment Scale (*RDS*). The most noteworthy results revealed a significant relationship between Family Transmission and Commitment, therefore concluding that only Emotional Cut-off and I Position were significant mediators in this relationship, explaining approximately 7.4% and 8.10% of the variability in Commitment, respectively. On the other hand, the study indicates negative and significant correlations between global D.o.S scores as well as all respective dimensions and Relationship 1 Disillusionment. In sum, these findings reinforce the notion that families of origin influence relationship commitment. More precisely, this study suggests a pathway through which individuals that have difficulties in differentiating themselves from the family of origin can commit to future relationships. Lastly, in the sample of this study, all dimensions of D.o.S are found to be negatively associated with Relationship Disillusionment, which proves contrary to the literature, regarding dimensions of Emotional Cut-off, Reactivity and Fusion with others. Explanatory hypotheses are therefore discussed.

Keywords: Family Transmission, Differentiation of Self, Commitment, Relationship Disillusionment

Índice

Enquadramento Teórico	1
A Transgeracionalidade.....	1
<i>A Transgeracionalidade na Conjugalidade</i>	<i>2</i>
Diferenciação do Self	3
<i>Diferenciação do Self e Compromisso</i>	<i>4</i>
<i>Diferenciação do Self e Desilusão Relacional</i>	<i>6</i>
Objetivos e Hipóteses.....	8
Método	9
Participantes	9
Delineamento do Estudo	11
Instrumentos	11
<i>Questionário Sociodemográfico</i>	<i>11</i>
<i>Escala dos Legados da Família de Origem (ELFO).....</i>	<i>11</i>
<i>Inventário da Diferenciação do Self – Revisto (IDS-R)</i>	<i>12</i>
<i>Inventário de Componentes de Qualidade Relacional Percebida (ICQRP)</i>	<i>13</i>
<i>Escala de Desilusão Relacional (EDR).....</i>	<i>13</i>
Procedimento.....	14
Resultados.....	15
Análise das características sociodemográficas em estudo	15
Análise da Primeira Hipótese de Investigação	16
<i>Relação entre a Transmissão Familiar e o Compromisso, mediado pelo Cut-off Emocional</i>	<i>19</i>
<i>Relação entre a Transmissão Familiar e o Compromisso, mediada pela Posição do Eu22</i>	<i>25</i>
Análise da Segunda Hipótese de Investigação	25
Discussão.....	27
O papel mediador da Diferenciação do Self na relação entre a Transmissão Familiar e o Compromisso	27

Diferenciação do Self e Desilusão Relacional	29
O papel do Género na Diferenciação do Self.....	32
Limitações e Estudos Futuros	32
Implicações Práticas.....	34
Referências.....	35
Anexos	44
Anexo A – Questionário Sociodemográfico	44
Anexo B – Escala dos Legados da Família de Origem (ELFO)	46
Anexo C – Inventário de Diferenciação do Self – Revisto (IDS-R).....	49
Anexo D – Inventário de Componentes de Qualidade Relacional Percebida (ICQRP).....	52
Anexo E – Escala de Desilusão Relacional (RDS)	53
Anexo F – Plano de Análise de Dados	54
Anexo G – Análise Descritiva das variáveis em estudo.....	55

Lista de Tabelas

Tabela 1. Caracterização da amostra em relação à nacionalidade	10
Tabela 2. Caracterização da amostra em relação ao tipo de relação e anos de coabitação	11
Tabela 3. Caracterização da amostra relativamente às etapas do ciclo de vida familiar	11
Tabela 4. Matriz de Correlação: Transmissão familiar, Diferenciação do Self e Compromisso.	18
Tabela 5. Efeito total, direto e indireto da transmissão familiar no compromisso passando pelo cut-off emocional	21
Tabela 6. Efeito total, direto e indireto da transmissão familiar no compromisso, passando pela posição do eu	24
Tabela 7. Matriz de Correlação: Diferenciação do self, respectivas dimensões e Desilusão Relacional	26
Tabela 8. Análise Descritiva das variáveis em estudo	53

Lista de Figuras

Figura 1. Modelo de mediação: transmissão familiar e compromisso, passando pelo cut-off emocional	22
Figura 2. Modelo de mediação: transmissão familiar e compromisso, passando pela posição do eu	25

*“Of all the forces that impinge on people,
the family by far has the greatest influence”*

J. Framo.

Enquadramento Teórico

A Transgeracionalidade

A transgeracionalidade refere-se à transmissão da cultura familiar, da qual fazem parte tradições, crenças, valores e comportamentos que influenciam o desenvolvimento emocional das futuras gerações (Lieberman, 1979). A este propósito, a transgeracionalidade é frequentemente equiparada à metáfora das bagagens familiares, que concretiza a ideia de que cada um de nós transporta, e se apropria, da respetiva história familiar que nos molda (Bowen, 1978).

Com efeito, reconhece-se que a transgeracionalidade assume um papel influente na formação do indivíduo, assim como na construção dos seus projetos de vida. Em acréscimo, comprova a existência de um vínculo com as gerações anteriores, garantindo a continuidade da família ao longo do tempo e o sentimento de pertença à mesma (Almeida et al., 2014, McGoldrick, 2016).

Assim sendo, a transgeracionalidade constitui um processo dinâmico e interativo que pode ocorrer de modo inconsciente ou consciente, exercendo influência ao nível dos traços psicológicos do indivíduo, bem como das suas dinâmicas relacionais (Putney & Bengtson, 2002).

A este respeito, são várias as teorias psicológicas que sustentam como meios de transmissão da cultura familiar um conjunto de mecanismos comportamentais (e.g.: reforço, modelagem) e cognitivos (e.g.: expectativas). Porém, a perspetiva de Bowen (1978) distingue-se das demais por considerar o clima emocional da família de origem um mecanismo influente no funcionamento emocional e intelectual do indivíduo, já que cabe à família a importante tarefa de fornecer, aos seus membros, as capacidades necessárias à sua emancipação e ao seu funcionamento independente (Benson et al., 1993; Kerr & Bowen, 1988; Putney & Bengtson, 2002).

Assim, e ainda que a transgeracionalidade seja reconhecida como um fenómeno influente ao longo de todas as etapas do ciclo de vida familiar, esta assume contornos especiais na conjugalidade (McGoldrick, 2016), considerando o conjunto de crenças, mitos relacionais e expectativas, proveniente das vivências com as famílias de origem, que se fazem sentir no início da vida a dois (Schulz & Colossi, 2020).

Ainda assim, parece prevalecer uma visão romantizada da transição para a conjugalidade, fazendo com que muitos dos desafios implicados na formação do casal sejam desconsiderados, apenas para se intensificarem anos mais tarde (McGoldrick, 2016).

A Transgeracionalidade na Conjugalidade

A transgeracionalidade arroga que é no contexto familiar que os indivíduos experimentam padrões de relação que mais tarde se refletem no conjunto de atitudes, expectativas e experiências que os indivíduos transportam para o contexto das suas relações amorosas (Lampis, 2016; Weigel, 2007). Nesta medida, autores como Framo (1992), McGoldrick (2016) e Sampaio (2012), admitem que os modelos familiares e parentais determinam vários aspetos das nossas vidas, e em especial, o modo de viver a conjugalidade.

A nível empírico, são alguns os estudos que confirmam esta influência. Como exemplo, destaca-se a investigação de Whitton e colaboradores (2008), que revelou que a ocorrência do divórcio parental se repercutia em menores níveis de compromisso e confiança na estabilidade do futuro relacionamento amoroso dos filhos. Em suma, o estudo sugere que níveis mais baixos de compromisso e de confiança na relação amorosa podem servir como mecanismos através do qual o divórcio é transmitido de geração em geração.

De forma similar, o estudo de Weigel e Weiser (2014) demonstrou uma relação positiva entre as influências familiares e o compromisso nas relações amorosas. Os autores mostraram que as perceções que os indivíduos têm acerca do compromisso são influenciadas pela família de origem, razão pelo qual concluíram que os indivíduos não participam nas suas relações como “tábuas rasas”, mas antes trazem um reportório emocional rico, baseado nos padrões e valores apreendidos na família de origem.

A este propósito, os resultados descritos por Gomes (2014) merecem especial consideração, já que demonstram que, mesmo quando existe vontade por parte do casal em estabelecer um modelo conjugal diferente daquele experimentado no casal parental, são frequentemente sentidas dificuldades, por parte dos cônjuges, em se diferenciarem dos valores e dos padrões que lhes foram transmitidos pelas suas famílias.

Nesta continuidade, não deixa de ser relevante sublinhar que são frequentes os pedidos de terapia para aqueles casais que não foram capazes de se diferenciarem emocionalmente das suas famílias de origem, a fim de construírem e consolidarem o “Nós” conjugal (Gouveia-Pereira, 2018).

Por esta razão, a relação conjugal tem sido apontada como o ambiente emocional propício à diferenciação face às famílias de origem, uma vez que só alcançando a resolução emocional com as mesmas será possível o investimento na conjugalidade (Framo, 1992).

Diferenciação do Self

A diferenciação do self constitui um mecanismo importante através do qual os indivíduos podem negociar, com sucesso, a transmissão de valores familiares com o fim de alcançar um melhor funcionamento conjugal (Bowen, 1978; Martinson et al., 2010)

De modo geral a diferenciação do self refere-se ao funcionamento emocional do indivíduo, do qual fazem parte uma componente intra e intersíquica, componentes estas que são fortemente determinadas pela dinâmica emocional presente na família de origem (Bowen, 1978; Calatrava et al., 2022; Kerr, 1984).

A nível intrapsíquico, a diferenciação do self tem em conta a capacidade do indivíduo equilibrar o funcionamento emocional e intelectual. Dito de outro modo, representa a capacidade de reflexão perante pressões emocionais, tanto que, sujeitos pouco diferenciados tendem a ser mais reativos e menos capazes de manterem a calma face à emotividade de outros (Bowen, 1978; Skowron & Friedlander, 1998).

Já ao nível intersíquico, a diferenciação do self refere-se à capacidade de equilibrar a intimidade e a autonomia no contexto das relações significativas. Neste sentido, diz respeito ao grau de interdependência emocional e à forma como essa interdependência afeta o funcionamento individual. A título de exemplo, quanto menor a diferenciação do self, maior será a fusão emocional com os outros, pelo que estes indivíduos se socorrem, frequentemente, das suas relações para obterem um sentido de propósito e bem-estar (Bowen, 1978; Kerr & Bowen, 1988).

No que diz respeito ao funcionamento conjugal, a diferenciação do self diz respeito, mais concretamente, ao modo como as influências da família de origem se repercutem na relação de casal (Bueno et al., 2013).

Se é verdade que as experiências emocionais vividas nas famílias de origem têm o potencial de influenciar a relação conjugal, o modo como o casal é capaz de gerir esta influência pode variar consoante o nível de diferenciação do self alcançado pelos cônjuges. A presença de níveis mais baixos de diferenciação do self num dos cônjuges pode fomentar a distância emocional entre o casal, o conflito aberto ou até a projecção da indiferenciação conjugal num dos filhos (Sampaio & Gameiro, 1985; Klever, 2005).

Não obstante, quando existe diferenciação em relação às famílias de origem, os membros do casal são capazes de pensar e refletir por si, apesar das influências familiares que se podem fazer sentir, como também são capazes de se adaptarem às diferenças individuais e aceitar os limites de cada um (Sampaio, 2012).

Deste ponto de vista, as relações situam-se num *continuum*, que engloba tanto as relações indiferenciadas e com pouca separação emocional como as relações diferenciadas, com níveis consideráveis de separação emocional (Bowen, 1978; Kerr & Bowen, 1988).

Assim, conclui-se que a diferenciação do self representa tanto um processo interpessoal que se desenrola entre indivíduos como um processo individual que molda os sentimentos e os comportamentos destes, razão pela qual se reconhece a sua influência não só no funcionamento individual, mas também no funcionamento conjugal (Schnarch & Regas, 2012).

Com efeito, são vários os estudos que têm demonstrado o impacto da diferenciação do self em áreas como a satisfação conjugal (e.g.: Peleg, 2008; Skowron, 2000), o desejo sexual (e.g.: Ferreira et al., 2014) e o ajustamento diádico (e.g.: Rodríguez-González et al., 2016; Lampis, 2016). No entanto, e para efeitos da presente investigação, ter-se-á em especial conta o papel da diferenciação do self no compromisso e na desilusão relacional.

Diferenciação do Self e Compromisso

O compromisso é considerado um fator essencial para a estabilidade conjugal, estando associado ao desenvolvimento de comportamentos críticos para a manutenção das relações amorosas (Agnew, 2009).

A este respeito, o compromisso refere-se à medida em que os indivíduos valorizam a sua relação conjugal, como também ao grau de motivação e investimento que são canalizados para a sua manutenção. Por este motivo, o compromisso parece constituir um fator importante em várias áreas da conjugalidade, como é exemplo a satisfação conjugal (Ehsan-Niarami et al., 2018; Rusbult et al., 1986; Sampaio, 2012).

Se é verdade que atualmente muito se tem debruçado sobre a operacionalização do compromisso, também é verdade que existe pouco entendimento sobre as variáveis que podem provocar oscilações na trajetória deste comportamento. Aliás, alguns estudos demonstram que apesar do compromisso inicial com a relação, ao longo do tempo podem surgir comportamentos de incerteza face à manutenção da mesma, o que traz grandes implicações no funcionamento conjugal. Por esta razão, afigura-se como importante o desenvolvimento de

estudos que permitam identificar que variáveis são suscetíveis de influenciar a trajetória do compromisso, ao longo do tempo (Arriaga et al., 2006; Owen et al., 2014).

À vista deste objetivo, e apesar de escassa a literatura que propõe uma associação direta entre a diferenciação do self e o compromisso (Monk, 2017), parece haver algum consenso sobre a importância que a diferenciação face às famílias de origem assume na disponibilidade e maturidade emocional do indivíduo - características estas tão necessárias ao investimento em novas relações significativas (Sampaio & Gameiro, 1985). Quando esta diferenciação não é conseguida, é frequente que um dos elementos da díade permaneça presa ao seu passado, em especial à sua família de origem (Gouveia-Pereira, 2018).

Em conformidade, Bowen (1978) sugere que pessoas com níveis mais baixos de diferenciação do self são incapazes de se envolverem no contexto das suas relações significativas, podendo comprometer desde cedo, a trajetória do compromisso.

Por conseguinte, e procurando estabelecer uma ponte com a literatura científica, destacam-se alguns resultados que informam uma associação possível entre a diferenciação do self e o compromisso. A título de exemplo, sublinha-se o estudo de Holman e Busby (2011), que encontrou uma relação positiva entre níveis mais altos de diferenciação do self e a capacidade de adaptação necessária à vivência e manutenção da conjugalidade.

No mesmo sentido, Momeni e colaboradores (2015) testaram o papel preditor da diferenciação do self no compromisso, tendo sugerido a capacidade preditora, embora parcial, da diferenciação do self no compromisso amoroso.

Em acréscimo, o estudo de Balswick e Balswick (1999) sugeriu que a presença de níveis mais baixos de diferenciação do self pode trazer implicações ao nível do compromisso, mais concretamente no que respeita à maior propensão no envolvimento em relações extraconjugais.

Para além destes resultados, há estudos que parecem indiciar de que forma os componentes da diferenciação do self influenciam o compromisso. Com efeito, sublinhamos o papel do *cut-off* emocional, que tem sido sugerido como uma dimensão relevante para a reciprocidade na relação amorosa (Skowron, 2000), e para o envolvimento ativo do indivíduo no contexto das suas relações significativas (Rodríguez-González et al. 2016; Rodríguez-González et al., 2019).

Para efeitos de contextualização, o *cut-off* designa um modo de lidar com tensões emocionais através do distanciamento físico ou emocional, sendo uma característica presente nos indivíduos com baixos níveis de diferenciação do self (Bowen, 1978). A este respeito, os

resultados encontrados por Goodrow e Lim (1997) e Heintzeman e colaboradores (2014) sugerem que nas alturas de maior tensão emocional, indivíduos com níveis mais baixos de diferenciação do self adotam, frequentemente, uma postura de aparente desconsideração em relação aos outros, traduzível em comportamentos de distanciamento e/ou de fuga emocional.

Este distanciamento pode repercutir-se na tendência para os indivíduos se fecharem no contexto das suas relações significativas, com medo de serem magoados. Por sua vez, a repetição deste padrão comportamental cria barreiras à intimidade do casal, minimizando significativamente as oportunidades do casal se envolver em comportamentos que visem a manutenção e a melhoria da relação a dois. Com o tempo, este padrão pode contribuir para o desenvolvimento de sentimentos de desilusão com a relação e, conseqüentemente, para a sua dissolução (Rusbult, 1983; Sampaio, 2012).

Por outro lado, e embora de uma forma muito preliminar, parece existir alguma evidência do papel da reatividade emocional no compromisso (Monk, 2017). A este respeito, e dado que níveis mais elevados de reatividade emocional estão por norma associados à diminuição na capacidade de processamento de informação, a emotividade inerente poderá levar ao surgimento de comportamento impulsivos, que se afiguram como especialmente nocivos para a manutenção e a qualidade da relação conjugal (Skowron, 2000).

Diferenciação do Self e Desilusão Relacional

A desilusão relacional refere-se a uma construção temporal que reflete uma mudança, para pior, em várias facetas do relacionamento amoroso. Fruto desta perceção pode existir a perda do sentimento e do afeto pelo companheiro assim como, o aumento de sentimentos de ambivalência face à manutenção da relação (Niehuis et al., 2013).

Numa tentativa de compreender os fatores que poderão influenciar o sentimento de desilusão relacional, a diferenciação do self tem sido recentemente apontada como uma variável importante a considerar nesta trajetória (Calatrava et al., 2022; Peleg, 2008).

De acordo com Bowen (1978), indivíduos com níveis mais baixos de diferenciação do self dificilmente possuem capacidades para funcionar autonomamente, pelo que, quando não envolvidos numa relação situam dificuldades em alcançar uma sensação de bem-estar emocional e de propósito. No entanto, e quando envolvidos numa relação amorosa estes indivíduos tendem a esperar cada vez mais que o seu parceiro lhes dê um sentido de bem-estar. Contudo, estas expectativas excedem rapidamente o que qualquer um é capaz de oferecer,

resultando no surgimento de sentimentos como a desilusão e a insatisfação com a relação (Kerr & Bowen, 1998).

Já a nível empírico, também parece existir algum suporte da relação entre a diferenciação do self e a desilusão com a relação conjugal. De um modo geral, Lampis e colaboradores (2018) demonstraram que indivíduos que tenham alcançado uma maior diferenciação do self relatam estar mais satisfeitos com as suas relações íntimas e experimentam menos conflitos conjugais do que aqueles que relatam altos níveis de fusão, reatividade emocional ou *cut-off* emocional.

À luz destes resultados, acrescentam-se as reflexões de Boszormenyi-Nagy e Spark (1973), que evidenciam que na presença de altos níveis de fusão é frequente que um dos elementos do casal partilhe da ideia de que é absolutamente responsável pela felicidade e o bem-estar do seu parceiro. Por sua vez, este esquema interpessoal pode originar ciclos intermináveis de culpa, ressentimento, dependência e mal-estar no contexto da relação conjugal.

Com efeito, também vale a pena sublinhar que na presença de uma relação mais “fusionada”, os cônjuges podem ser menos capazes de entender o que precisam um do outro para promover o bem-estar da relação, levando, eventualmente a níveis mais baixos de satisfação com a mesma (Patrick et al., 2007).

Em adição, Brown (1999) propõe que no contexto de relações com níveis maiores de fusão os indivíduos tendem a apresentar também uma maior reatividade emocional. Neste seguimento, e conforme avançado por Sampaio (2012), na presença de níveis mais altos de reatividade emocional, são muitos os casais que se tornam incapazes de estruturar as suas ideias e a sua comunicação no contexto dos conflitos conjugais. Por consequência, o casal deixa de se saber ouvir, o que pode contribuir para o aumento da distância e do mal-estar conjugal.

Em consonância, aponta-se o estudo realizado por Aryamanesh et al (2012), que confirmou a existência de uma associação positiva e significativa entre maiores níveis de reatividade emocional e o conflito conjugal.

Em suma, parece haver consenso relativamente à associação entre as manifestações comportamentais relacionadas com níveis mais baixos de diferenciação do self e o conseqüente decréscimo dos níveis de satisfação conjugal (Peleg, 2008).

Objetivos e Hipóteses

À vista da literatura científica discutida acima, parece haver suporte da transmissão da cultura familiar e do seu papel influente na forma como se vive a conjugalidade e, em particular, o compromisso (e.g.: Bowen, 1978; Weigel, 2007; Whitton et al., 2008; Sampaio, 2012).

Em última análise, o compromisso é a essência do que significa estar numa relação exclusiva e determina o nível de investimento e envolvimento que o(s) parceiro(s) é/(são) capaz(es) de dirigir à mesma (Owen et al., 2014).

No entanto, o modo como o casal é capaz de investir na sua relação amorosa, bem como, de gerir as influências familiares pode, efetivamente, apresentar diferenças (Gameiro & Sampaio, 1985). A este propósito, um dos fatores que tem sido avançado na explicação desta diferença é precisamente o nível de diferenciação do self alcançado pelos indivíduos (Kerr & Bowen, 1998).

Com efeito, crê-se que o alcance de maiores níveis de diferenciação do self permitirão, ao casal, definir e investir no seu próprio modelo conjugal, libertando-o das expectativas do seu passado (e.g.: Bowen, 1978; Lim & Jennings, 1996, Sampaio, 2012).

Por esta razão, o presente estudo tem como principal objetivo investigar o papel mediador da diferenciação do self na relação entre a transmissão familiar e o compromisso nas relações amorosas.

Como tal, e à vista do presente objetivo, delineou-se a seguinte hipótese de investigação:

Hipótese 1: A transmissão familiar relaciona-se de forma positiva e significativa com o compromisso, sendo esta relação mediada pela diferenciação do self.

Por acréscimo, e com base na literatura científica que sugere que níveis mais baixos de diferenciação do self também trazem implicações na satisfação conjugal (e.g.: Brown, 1999; Peleg, 2008; González-Rodríguez et al., 2016; Sampaio, 2012), afigura-se como importante compreender a relação possível entre a diferenciação do self e a desilusão relacional.

Com este último objetivo em mente, formulou-se a última hipótese de investigação abaixo:

Hipótese 2: A diferenciação do self associa-se negativamente e significativamente com a desilusão relacional;

Método

Participantes

A presente investigação contou com a participação de 202 indivíduos. No entanto, e após análise das respostas, procedeu-se à eliminação de 10 protocolos.

As razões que levaram à não inclusão destes participantes prenderam-se essencialmente com dois aspetos: em primeiro lugar, o não cumprimento do requisito do estudo, isto é, coabitar há pelo menos 1 ano com o parceiro. Interessa esclarecer que a inclusão deste critério teve por base a tendência em idealizar o parceiro nos primeiros tempos de relação (Niehuis et al., 2013; McGoldrick et al., 2016), e assim poder enviar os resultados da presente investigação, nomeadamente no que concerne à apreciação da variável da desilusão relacional. Em segundo lugar, evidencia-se a grande quantidade de questões deixadas em branco em alguns protocolos.

Assim, fazem parte da amostra final 192 participantes, com idades compreendidas entre os 20 e os 70 anos ($M = 39.66$ anos, $DP = 13.06$). Destes, 140 são do sexo feminino (72.9%) e 52 (27.1%) do sexo masculino.

No que concerne às características sociodemográficas da nacionalidade e das habilitações literárias, averiguou-se que a maioria dos participantes é de nacionalidade portuguesa ($n = 164$; 85.4%) e possui licenciatura ($n = 78$; 40.6%) (Tabela 1).

Tabela 1

Caracterização da amostra em relação à Nacionalidade (N = 192)

		Frequência (n)	Percentagem (%)
Nacionalidade	Portuguesa	164	85.4%
	Brasileira	20	10.4%
	Outras	8	4.2%

No que respeita ao tipo de relação e ao tempo de coabitação, é de notar que a maioria dos participantes se definiram como heterossexuais ($n = 189$; 98.4%), encontrando-se a coabitar com o/a respetivo/a parceiro/a há mais do que 10 anos ($n = 85$; 44.3%) (Tabela 2).

Tabela 2*Caracterização da amostra em relação ao Tipo de Relação e Anos de Coabitação (N =192)*

		Frequência (n)	Porcentagem (%)
Tipo de Relação	Heterossexual	189	98.4%
	Homossexual	1	0.5%
	Outro	2	1%
Anos de Coabitação	1 a 4 anos	79	36.5%
	5 a 10 anos	28	14.6%
	>10 anos	85	44.3%

Da amostra total, 110 (57.3%) indivíduos têm filhos, enquanto 82 (42.7%) não, sendo que o número de filhos variou entre 1 e 4.

Assim, conclui-se que a amostra em estudo apresenta alguma variabilidade no que respeita aos ciclos de vida familiar que atravessa. Apontam-se como mais prevalentes o ciclo de vida conjugal ($n = 82$; 42.7%) e o ciclo de vida familiar com filhos adultos ($n = 41$; 21.4%) (Tabela 3).

Tabela 3*Caracterização da amostra relativamente às Etapas do Ciclo de Vida Familiar (N =192)*

		Frequência (n)	Porcentagem (%)
Etapas do ciclo de vida familiar	Conjugalidade	82	42.7%
	1º ano de vida dos filhos	9	4.6%
	Filhos pequenos (até 6 anos)	28	14.7%
	Filhos em idade escolar (7 a 10 anos)	20	10.4%
	Filhos adolescentes (11 a 19 anos)	32	16.7%
	Filhos adultos (20 a 30 anos)	41	21.4%
	Filhos em idade avançada (>30 anos)	22	11.5%

Delineamento do Estudo

O presente estudo caracteriza-se pela sua natureza transversal, uma vez que a recolha de dados ocorreu num único momento (i.e. na altura em que o participante preencheu o protocolo de investigação) (Field, 2018).

Adicionalmente, e consoante os objetivos delineados, destaca-se a sua tipologia correlacional, a partir da qual se realizará uma análise de mediação (Field, 2018).

Instrumentos

Questionário Sociodemográfico

Com o objetivo de caracterizar a amostra em estudo, compilaram-se um conjunto de questões sociodemográficas pertinentes. São exemplo destas informações a idade, o género, as habilitações literárias, o tempo de coabitação, o tipo de relação e o ciclo de vida familiar. (Anexo A).

Escala dos Legados da Família de Origem (ELFO)

Para medir a influência da família de origem recorreu-se à Escala dos Legados da Família de Origem (*ELFO*), adaptada para a população portuguesa por Conceição (2018) (Anexo B).

Trata-se de um instrumento de autorrelato que se destina a compreender em que medida os sujeitos percecionam a influencia das suas famílias de origem ao nível da transmissão de valores familiares (e.g.: item 1: “*na maneira como protejo ou cuido de toda a minha família atual*”), da gestão de relações familiares (e.g.: item 3: “*Na forma como mostro carinho e respeito pelo meu/minha esposo/esposa*) e da parentalidade (e.g.: item 8: “*Na maneira como disciplino/imponho regras ao/s meu/s filho/s*). Caso uma dada afirmação não se aplicar ao sujeito, é lhe pedido que responda à questão de acordo com o que lhe parece que seria a sua apreciação (Conceição, 2018).

A *ELFO* conta assim com um total de 12 itens, pontuados numa escala de tipo Likert de 6 pontos, em que 1 diz respeito a “*Nada Influenciado/a*” e 6 a “*Muito Influenciado/a*”. No que respeita à interpretação dos resultados, pontuações mais altas revelam uma maior influência das famílias de origem, atestando assim, à unidimensionalidade do instrumento (Conceição, 2018).

No contexto do atual estudo, foi apurado um valor médio de transmissão familiar de 4.6 e um desvio padrão de 1.31.

Já no que concerne à fiabilidade da escala total, apurou-se um valor de consistência interna muito bom ($\alpha = .95$) (Pestana & Gagueiro, 2020), concomitante com os valores obtidos no estudo de validação portuguesa (Conceição, 2018).

Inventário da Diferenciação do Self – Revisto (IDS-R)

Para avaliar a Diferenciação do Self recorreu-se à versão portuguesa do *Differentiation of Self Inventory – Revised (DSI-R)*, revisto por Skowron e Schmitt, em 2003 e posteriormente validado e adaptado para a população portuguesa por Major, Rodríguez-González, Miranda, Rousselot e Relvas (2014).

Trata-se de um inventário de autorresposta, composto por 46 itens repartidos por quatro dimensões: Reatividade Emocional (RE) (e.g.: item 1: “*As pessoas têm reparado que sou excessivamente emotivo(a)*”), Posição do Eu (PE) (e.g.: item 4: “*Tendo a manter-me bastante calmo(a), mesmo sob stress*”), Cut-Off Emocional (CE) (e.g.: item 8: “*Tendo a distanciar-me quando as pessoas se aproximam demasiado de mim*”) e Fusão com os Outros (FO) (e.g.: item 9: “*Quero corresponder às expectativas que os meus pais têm de mim*”) (Major et al., 2014).

A resposta a cada item é dada numa escala de tipo Likert de 6 pontos, em que 1 diz respeito a “*Nada verdadeiro para mim*” e 6 a “*Muito verdadeiro para mim*”. O cálculo das dimensões faz-se através da inversão da cotação de todos os itens que compõem a dimensão da reatividade emocional e do *cut-off* emocional, do item 35 que compõe a dimensão da posição do eu e de todos os itens, à exceção do 37, que compõem a dimensão da fusão com outros. De seguida, somam-se as pontuações obtidas, dividindo-as pelo número de itens que cada subescala abarca. Desta forma, as pontuações das subescalas podem variar entre 1 e 6. Importa ainda realçar que, devido à inversão da cotação em alguns dos itens, pontuações mais elevadas num dado domínio indicam uma presença menor desse mesmo domínio (por ex.: maiores pontuações no domínio da reatividade emocional indicam menor reatividade emocional) e, conseqüentemente, uma pontuação global maior de diferenciação do self (Skowron & Schmitt, 2003).

Já o cálculo da escala global realiza-se através da inversão da cotação dos itens acima mencionados, seguido do somatório de todas as pontuações e a sua divisão pelo número total de itens que constituem a escala, podendo as pontuações da escala global variar igualmente entre 1 e 6, onde pontuações mais elevadas refletem maiores níveis globais de diferenciação do self (Skowron & Schmitt, 2003).

No que concerne à interpretação possível, resultados mais elevados revelam maiores níveis de diferenciação do self, o que se repercute em menores níveis de *cut-off* emocional, de reatividade emocional e de fusão com os outros e, inversamente, numa maior expressão autónoma no seio das relações significativas (Bowen, 1978; Major et al., 2014; Skowron & Schmitt, 2003).

Na presente investigação, o inventário revelou uma boa consistência interna ($\alpha = .88$) (Pestana & Gagueiro, 2020) consonante com os estudos de validação para a amostra portuguesa (Major et al., 2014). Em acréscimo, apurou-se um valor médio de 4.11 para a escala global e um desvio-padrão de 0.62.

No que respeita aos valores de consistência interna das subescalas, apuraram-se bons valores de consistência interna para a dimensão da reatividade emocional ($\alpha = .82$); ($M = 3.73$, $DP = 0.97$) e para a dimensão do *cut-off* emocional ($\alpha = .82$); ($M = 4.78$, $DP = 0.85$). Já as dimensões da posição do eu ($\alpha = .78$); ($M = 4.19$, $DP = 0.87$) e da fusão com os outros ($\alpha = .73$); ($M = 3.79$, $DP = 0.81$) revelaram valores razoáveis de consistência interna (Pestana & Gagueiro, 2020).

Inventário de Componentes de Qualidade Relacional Percebida (ICQRP)

Escala de Desilusão Relacional (EDR)

Para operacionalizar a desilusão relacional recorreu-se à versão portuguesa da “*Relationship Disillusionment Scale*” (RDS) desenvolvido do em 2013 por Niehuis, Reifman e Lee, e mais tarde, validado para a população portuguesa (Branquinho et al., 2017).

O objetivo desta escala passa por avaliar a perceção individual de desilusão na relação de casal, tratando-se, assim, de um instrumento de autorrelato. Ademais, é uma escala de natureza unidimensional, composto por um total de 10 itens (e.g.: item 4: “*A nossa relação mudou para pior*”). A cada item se faz associar uma escala de tipo Likert, de 5 pontos, que varia desde 1 - “*Discordo Fortemente*” a 5 - “*Concordo Fortemente*”. Considerando a natureza unidimensional da escala, pontuações mais elevadas indicam níveis mais elevados de desilusão relacional (Branquinho et al., 2017).

No que diz respeito aos valores de consistência interna para escala total, estes revelaram-se muito bons ($\alpha = .95$) (Pestana & Gagueiro, 2020). Fazendo alusão à média obtida para a escala global, o valor encontrado foi de 1.72, que se faz corresponder a um desvio-padrão de 0.90.

Procedimento

Decidido o modo de operacionalização das variáveis em estudo, foi efetuado um pedido referente à utilização dos instrumentos acima descritos junto dos autores responsáveis pelas validações portuguesas.

Uma vez obtidas as autorizações, procedeu-se à construção do protocolo de investigação com recurso à plataforma do *Google Formulários*. Após revisão e aprovação, procedeu-se à publicação do protocolo em várias plataformas, como: *Facebook*, *Instagram* e *Whatsapp*.

Para efeitos de contextualização temporal, sublinha-se que o processo de recolha de dados teve início a 5 de Maio de 2022, estendendo-se até 5 julho de 2022.

No que respeita ao método de amostragem, recorreu-se ao método “bola de neve”, resultando numa amostra não probabilística e de conveniência.

O tratamento estatístico foi feito com recurso ao programa estatístico *IBM SPSS Statistics 28* e à extensão do *Process*.

Resultados

A presente secção do trabalho destina-se à apresentação dos resultados obtidos nesta investigação.

Primeiramente sublinha-se que, fruto da análise descritiva das várias em estudo, se pôde concluir que nenhuma das escalas violou grosseiramente a normalidade, uma vez que os seus valores de assimetria e de curtose se situaram abaixo de 3 e 7, respetivamente (Kline, 1998) (Anexo G).

Análise das características sociodemográficas em estudo

Com o propósito de compreender o efeito dos indicadores sociodemográficos do género, tempo de coabitação e etapas do ciclo de vida familiar nas variáveis em estudo, foram tidos em conta os procedimentos estatísticos de comparação de grupos independentes.

Para o efeito, considerou-se o pressuposto da homogeneidade de variâncias - visível através dos resultados do teste Levene. Quando este não se cumpriu, recorreu-se à respetiva metodologia não paramétrica (Pestana & Gagueiro, 2020).

Fruto destas análises, concluiu-se que o único indicador sociodemográfico com efeito influente nas variáveis em estudo, mais concretamente na diferenciação do self e respetivas dimensões, foi o género.

Nesta continuidade, os homens deste estudo apresentaram valores médios de diferenciação do self mais elevados ($M = 4.26$), do que as mulheres ($M = 4.06$), ($t(190) = -2.02$, $p < .05$).

Já a análise das componentes da diferenciação do self assinalou diferenças significativas ao nível da reatividade emocional ($t(190) = -2.88$, $p < .01$), apresentando os homens uma média mais alta ($M = 4.06$) do que as mulheres ($M = 3.61$), como também ao nível da fusão com os outros ($t(190) = -2.27$, $p < .05$), onde, de igual modo, os homens revelaram valores superiores ($M = 4.01$) em comparação com as mulheres ($M = 3.71$). Com efeito, e à vista da natureza da cotação do IDS-R, estes resultados sugerem que os homens apresentam menor reatividade emocional e fusão com os outros do que as mulheres neste estudo.

Posto isto, importa concluir que em mais nenhuma variável existiram diferenças significativas que pudessem ser derivadas aos indicadores sociodemográficos do tempo de coabitação e das etapas do ciclo de vida familiar.

Análise da Primeira Hipótese de Investigação

Para responder à primeira hipótese colocada neste estudo: “a transmissão familiar relaciona-se de forma positiva e significativa com o compromisso, sendo esta relação mediada pela diferenciação do self”, realizou-se uma análise de mediação.

A mediação é o procedimento estatístico através do qual a relação entre uma variável independente e dependente é melhor explicada pela relação com uma terceira variável, a que chamamos de variável mediadora (Baron & Kenny, 1986; Field, 2018).

Assim, quando a força da relação entre a variável independente e a dependente diminui com a inclusão de outra variável, pode dizer-se que esta funciona como uma variável mediadora (Baron & Kenny, 1986, Field, 2018).

Subjacente à análise de mediação existem algumas condições. Em primeiro lugar, a variável independente deve relacionar-se de forma significativa com a variável mediadora. Esta relação é representada por um (a). Segundo, deve haver uma relação significativa entre a variável independente e a variável dependente, a qual se chama efeito total e se representa com um (c). Por último, a variável mediadora deve contribuir, de forma significativa, para a variável dependente, cuja relação se representa com um (b) (Baron & Kenny, 1986; Field, 2018).

Em acréscimo, interessa esclarecer que se entende por efeito direto (c') a relação entre a variável independente e a dependente quando se controla o impacto da variável mediadora. Já o efeito indireto, dado pela expressão (a*b), permite-nos concluir se o modelo de mediação testado é estatisticamente significativo (Baron & Kenny, 1986; Field, 2018).

No que diz respeito à natureza da mediação, é possível distinguir entre mediações completas e parciais.

Uma mediação denomina-se de completa quando a relação entre a variável independente e dependente é eliminada com a inclusão do mediador no modelo. Por outras palavras, assim que o efeito direto deixa de ser significativo, pode-se concluir que houve uma mediação completa (Baron & Kenny, 1986; Field, 2018).

Por outro lado, uma mediação é considerada parcial quando a relação entre a variável independente e a dependente é enfraquecida com a inclusão da variável mediadora. Nestas circunstâncias, o efeito direto mantém a sua significância estatística, assim como o efeito indireto (Baron & Kenny, 1986; Field, 2018).

Para efeitos da primeira hipótese delineada neste estudo: “a transmissão familiar relaciona-se de forma positiva e significativa com o compromisso, sendo esta relação mediada pela diferenciação do self”, realizou-se uma análise de mediação.

Nesta sequência de ideias, importa perceber, em primeiro lugar, se as variáveis em consideração se encontram correlacionadas para podermos prosseguir com a análise de mediação proposta (Tabela 4).

Tabela 4

Matriz de correlação: Transmissão Familiar, Diferenciação do self e Compromisso

Variáveis em estudo	1	2	3	4	5	6	7
(1) Transmissão familiar	-						
(2) Diferenciação do self	.19**	-					
(3) Reatividade emocional	n.s	.81**	-				
(4) Posição do eu	.30**	.45**	n.s	-			
(5) <i>Cut-off</i> emocional	.22**	.78**	.49**	.20**	-		
(6) Fusão com outros	n.s	.79**	.67**	n.s	.50**	-	
(7) Compromisso	.19**	n.s	n.s	.26**	.22**	n.s	-

*Nota: **p-value < .01; * p-value ≤ .05; n.s = não significativo.*

Uma análise da matriz correlacional demonstrou uma associação positiva e estatisticamente significativa entre a transmissão familiar e o compromisso.

Em acréscimo, permite-nos concluir que a transmissão familiar se encontra, de forma positiva e significativa, relacionada com a diferenciação do self.

No que diz respeito às componentes da diferenciação do self, a transmissão familiar revelou associações positivas e significativas apenas com a posição do eu e com o *cut-off* emocional.

Por sua vez, a dimensão do *cut-off* mostrou estar relacionado, de forma significativa, com o compromisso, assim como a posição do eu.

Em suma, e com base nos resultados apurados na matriz correlacional, apenas serão efetuadas análises de mediação com as variáveis mediadoras: *cut-off* emocional e posição do eu.

Relação entre a Transmissão Familiar e o Compromisso, mediado pelo Cut-off

Emocional

Para testar o papel mediador do *cut-off* emocional na relação entre a transmissão familiar e o compromisso realizou-se uma análise de mediação (Tabela 5).

Encontrou-se uma relação positiva e significativa entre a transmissão familiar e o *cut-off* emocional (caminho a), tendo sido apurado que a transmissão familiar é capaz de explicar, aproximadamente, 4.47% da variância do *cut-off* emocional.

No que respeita à relação entre o *cut-off* emocional e o compromisso (caminho b), esta também se revelou positiva e significativa.

De forma complementar, o efeito direto (c') indica-nos que a relação entre a transmissão familiar e o compromisso, controlando o impacto da variável mediadora, se revelou significativa.

Reportando-nos ao efeito indireto (a*b), pôde-se concluir que o modelo de mediação proposto se revelou significativo, uma vez que o intervalo de confiança não contém o valor 0 (Field, 2018). Em suma, este resultado apoia a noção de que o *cut-off* emocional medeia a relação entre a transmissão familiar e o compromisso.

Uma análise dos coeficientes do efeito direto (c') e do efeito total (c) revelam que se trata de uma mediação parcial, já que o efeito direto continua a ser significativo.

Desta forma concluiu-se que o modelo de mediação testado explicou 7.4% da variância do compromisso, sendo possível realçar que a capacidade preditiva da posição do eu no compromisso se resume, aproximadamente, a 4.16% [$F(2, 189) = 7.16, p < .01$].

Tabela 5

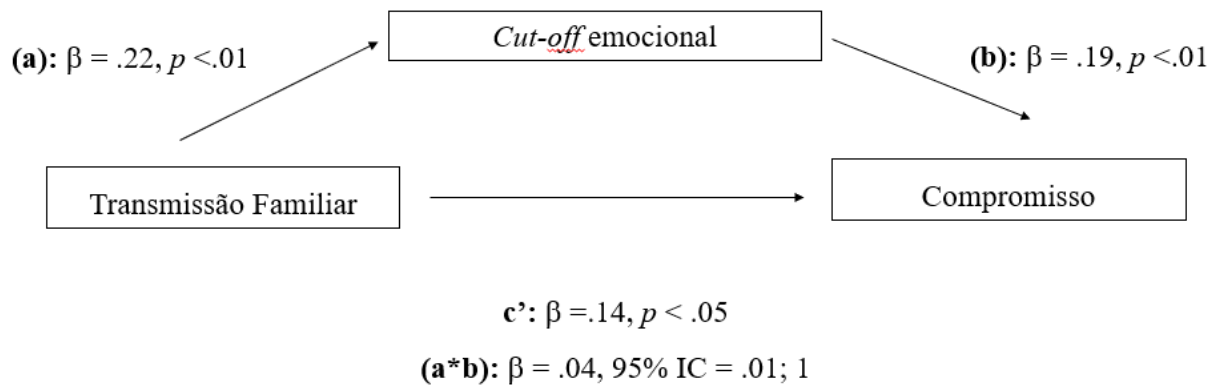
Efeito total, direto e indireto da transmissão familiar no compromisso passando pelo cut-off emocional (N = 192)

	Coeff	SE	t	p	LLCI	ULCI
Transmissão familiar → <i>Cut-off</i> emocional (a)	.22	.05	3.05	.00**	.05	.23
<i>Cut-off</i> emocional → Compromisso (b)	.19	.11	2.63	.01**	.07	.49
Efeito total (c)	.19	.07	2.68	.01**	.05	.32
Efeito direto (c')	.14	.07	2.08	.04*	.01	.28
	Effect	BooSE			Boo 95% LLCI	Boo 95% ULCI
Efeito indireto (a*b)	.04	.03			.01	1
$R^2 = 7.4\%$						

*Nota: ** p < .01; * p < .05; Coeff = Coeficiente; SE = Desvio-Padrão; LLCI = Limite Inferior do intervalo de confiança a 95%; ULCI = Limite Superior do intervalo de confiança a 95%, Boo = Resultados com método *Bootstap*.*

Figura 1

Modelo de mediação: transmissão familiar e compromisso, passando pelo cut-off emocional



Relação entre a Transmissão Familiar e o Compromisso, mediada pela Posição do Eu

O segundo modelo procurou testar o papel mediador da posição do eu na relação entre a transmissão familiar e o compromisso (Tabela 6).

A transmissão familiar revelou uma relação positiva e estatisticamente significativa com a posição do eu (caminho a), sendo capaz de explicar, aproximadamente, 8.94% da variância da posição do eu. Em acréscimo, também foi encontrada uma relação estatisticamente significativa e positiva entre a posição do eu e o compromisso (caminho b).

Uma análise do efeito direto (c') indica-nos que, quando controlamos o impacto da variável mediadora, a relação entre a transmissão familiar e o compromisso deixa de surtir significância estatística.

Por conseguinte, uma análise do efeito indireto (a*b) revela que o modelo de mediação em estudo se revelou significativo, uma vez que o intervalo de confiança não contém o valor 0 (Field, 2018).

Visto que o efeito direto deixou de ser significativo, podemos concluir que se trata de uma mediação completa. Isto indica-nos que a variável mediadora: posição do eu, tem melhor capacidade de explicar a variância no compromisso do que a transmissão familiar, tendo reduzido significativamente a relação entre esta e o compromisso.

Assim, pode-se concluir que o modelo de mediação testado foi capaz de explicar 8.10% do compromisso, esclarecendo ainda que a capacidade preditiva da posição do eu no compromisso pode-se resumir a 4.47% [$F(2, 189) = 8.33, p < .001$].

Tabela 6

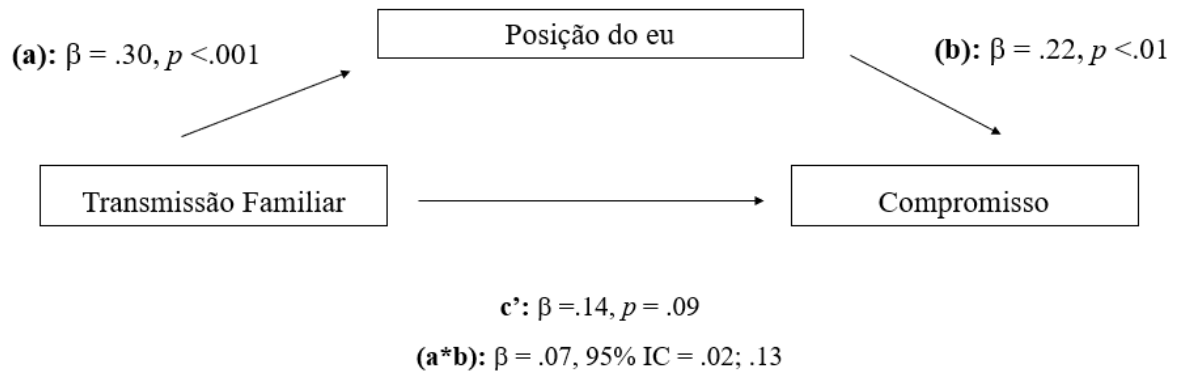
Efeito total, direto e indireto da transmissão familiar no compromisso, passando pela posição do eu (N = 192)

	Coeff	SE	t	p	LLCI	ULCI
Transmissão familiar → posição do eu (a)	.30	.05	4.32	.00***	.11	.29
Posição do eu → compromisso (b)	.22	.11	3.03	.00**	.11	.53
Efeito total (c)	.19	.07	2.68	.01*	.05	.32
Efeito direto (c')	.14	.07	1.70	.09	-.02	.26
	Effect	BooSE			Boo 95% LLCI	Boo 95% ULCI
Efeito indireto (a*b)	.07	.03			.02	.13
R ² = 8.10%						

*Nota: *** p < .001; ** p < .01; * p < .05 ; Coeff = Coeficiente; SE = Desvio-Padrão; LLCI = Limite Inferior do intervalo de confiança a 95%; ULCI = Limite Superior do intervalo de confiança a 95%, Boo = Resultados com método *Bootstap*.*

Figura 2

Modelo de mediação: transmissão familiar e compromisso, passando pela posição do eu



Análise da Segunda Hipótese de Investigação

Com o objetivo de testar a segunda hipótese desta investigação: “a diferenciação do self associa-se negativa e significativamente com a desilusão relacional” procedeu-se à análise dos coeficientes de correlação entre as variáveis ponderadas (Tabela 7).

Tabela 7

Matriz de correlação: Diferenciação do self, respetivas dimensões e Desilusão Relacional

Variáveis em estudo	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
(1) Diferenciação do self	-					
(2) Reatividade emocional	.81**	-				
(3) Posição do eu	.45**	n.s	-			
(4) <i>Cut-off</i> emocional	.78**	.49**	.20**	-		
(5) Fusão com outros	.79**	.67**	n.s	.50**	-	
(6) Desilusão relacional	-.46**	-.31**	-.22**	-.49**	-.31**	-

*Nota: **p-value < .01; *. p-value ≤ .05; n.s = não significativo.*

Fruto desta análise pôde-se constatar uma associação negativa e estatisticamente significativa entre a diferenciação do self e a desilusão relacional, permitindo a confirmação da terceira hipótese.

Em acréscimo, a magnitude da correlação revela-se moderada, assumindo um valor negativo, o que indica que as variáveis em análise variam em sentidos opostos (Pestana & Gagueiro, 2020).

Dada a natureza multidimensional da diferenciação do self, pareceu oportuno analisar igualmente a associação entre as demais dimensões e a desilusão relacional.

No que concerne à reatividade emocional, encontrou-se uma associação negativa e estatisticamente significativa com a desilusão relacional.

Também a dimensão relativa à posição do eu revelou uma associação negativa e significativa com a desilusão relacional.

A respeito do *cut-off* emocional, este revelou igualmente uma associação negativa e significativa com a desilusão relacional.

Por último, e relativamente à fusão com os outros, esta exprime igualmente uma associação negativa e significativa com a desilusão relacional.

Discussão

A seguinte secção propõe-se a discutir os resultados que foram encontrados com o fim de os significar no contexto da atual investigação.

Para este efeito, relembra-se que o presente estudo teve como principais objetivos explorar a capacidade mediadora da diferenciação do self na relação entre a transmissão familiar e o compromisso (hipótese 1), assim como compreender a relação entre a diferenciação do self e a desilusão relacional (hipótese 2), numa amostra de 192 indivíduos envolvidos numa relação amorosa.

O papel mediador da Diferenciação do Self na relação entre a Transmissão Familiar e o Compromisso

O presente estudo apurou que a transmissão familiar se relaciona com o compromisso, sendo este um resultado congruente com as descobertas científicas anteriormente citadas (e.g.: Weigel, 2007; Weigel & Weiser, 2014; Whitton et al., 2008).

Com efeito avançou-se com a análise de mediação proposta, que apenas revelou dois modelos de mediação significativos - já que não foram encontradas correlações significativas entre a transmissão familiar e as dimensões da reatividade emocional e da fusão com os outros.

Como possível explicação para este resultado, sugere-se que estas duas dimensões pudessem ser melhor explicadas por outras variáveis não contempladas neste estudo. A este respeito, a literatura sugere que a reatividade emocional pode ser melhor explicada pelos traços de personalidade, pelas experiências significativas na infância ou até, ser um produto de determinadas dinâmicas amorosas ou parentais (Brandt et al., 2007). Já no que concerne à fusão, esta parece ser fortemente determinada por aspetos culturais, mais do que resultar, exclusivamente, das dinâmicas relacionais experienciadas na família de origem (Lam & Chan-Soo, 2015).

Avançando com a discussão dos modelos de mediação significativos, no primeiro modelo testado verificou-se que a *cut-off* emocional mediou, parcialmente, a relação entre a transmissão familiar e o compromisso. Isto significa que a transmissão familiar continua a ter impacto no compromisso dos participantes, mesmo quando se inclui a variável do *cut-off* emocional. Por conseguinte, esta mediação sugere que a transmissão familiar influencia os níveis de *cut-off* emocional do indivíduo com a sua família de origem, o que por sua vez é capaz de explicar, em parte, o compromisso nas futuras relações românticas.

Apesar de inesperado, parece haver algum suporte para este resultado. A este respeito, a literatura tem indicado que quanto maior for o *cut-off* emocional com as famílias de origem, maior é a tendência para os indivíduos investirem, de forma irrealista, em novas relações (Kerr, 1984).

No mesmo sentido, Lampis e colaboradores (2018) denotam que indivíduos com altos níveis de *cut-off* emocional tendem a exibir uma autonomia e uma independência exagerada para criarem a ilusão de separação emocional em relação às suas famílias de origem.

Com efeito, são muitos os indivíduos que encontram, na união a dois, a única forma possível de se separarem das suas famílias. Não obstante, o grau de ligação emocional não resolvido face às família de origem continua a existir, podendo repercutir-se numa série de complicações ao nível da relação de casal, sendo a mais notória, a dificuldade em alcançar uma real conexão emocional (McGoldrick, 2016).

Em suma, considera-se que a riqueza inerente a este resultado se prende com o facto de ter sugerido um caminho através do qual, indivíduos que mantêm ligações emocionais não resolvidas com as suas famílias de origem, se conseguem comprometer no contexto das suas futuras relações românticas.

Relativamente ao segundo modelo de mediação testado, este revelou que a posição do eu foi um mediador especialmente forte na relação entre a transmissão familiar e o compromisso, fazendo com que a sua inclusão resultasse numa mediação completa. Isto significa que a posição do eu foi capaz de melhor explicar a variabilidade no compromisso do que a transmissão familiar.

Este resultado parece ir ao encontro da literatura, que refere a importância da posição do eu para a autonomização do indivíduo no contexto das suas relações amorosas (Lawson & Brossart, 2001).

Em acréscimo, a posição do eu implica que os indivíduos sejam capazes de manter um conjunto de crenças e convicções individuais, permitindo ao futuro casal formar o seu próprio modelo relacional e gerir a relação a dois, sem que as influências familiares interfiram demasiado (Lampis et al., 2018).

Assim, e ao contrário do que aconteceu no primeiro modelo de mediação, este segundo modelo parece evidenciar o que tem sido descrito na literatura como a “*situação ideal*”, em que ambos os parceiros se tornaram independentes das suas famílias de origem antes de partirem para a união conjugal (McGoldrick, 2016).

À vista destes resultados, conclui-se que a primeira hipótese em estudo foi parcialmente corroborada.

Diferenciação do Self e Desilusão Relacional

No que respeita à segunda hipótese em estudo, os resultados encontrados permitiram a sua confirmação, uma vez que foi encontrada uma associação negativa e significativa entre a medida global de diferenciação do self e a desilusão relacional.

Estes resultados sugerem que à medida que a diferenciação do self aumenta, a desilusão relacional tende a diminuir, o que é congruente com a literatura que propõe a diferenciação do self como uma importante variável para a satisfação conjugal (e.g.: Dell’Isola et al., 2019; Lampis, 2016; Lampis et al., 2018; Peleg, 2008; Peleg & Harish, 2021; Skowron, 2000).

Na mesma linha, o presente estudo revelou que uma maior posição do eu se associa a uma menor desilusão relacional, o que também vai ao encontro da literatura (Kerr & Bowen, 1998; Lampis et al., 2018, Peleg, 2008). A posição do eu permite aos indivíduos identificarem, de forma clara, as suas necessidades e desejos no contexto da relação amorosa, o que parece contribuir para o aumento da satisfação com a mesma (Gubbins et al, 2010).

Em acréscimo, maiores níveis de posição do eu permitem aos indivíduos resolverem conflitos de forma eficaz e chegar a compromissos importantes no contexto da união conjugal (Lampis et al., 2018).

Por outro lado, uma análise das restantes associações revelaram resultados contraditórios àqueles que têm sido sustentados pela literatura científica. Em especial, destaca-se a direção das correlações que foram encontradas entre a desilusão relacional e o *cut-off* emocional, a reatividade emocional e a fusão com os outros.

Numa tentativa de avançar com possíveis explicações para os resultados supramencionados, deve-se ter em conta a natureza transversal do estudo. A este respeito, importa tomar em consideração que a definição usada para a desilusão relacional implica o critério de temporalidade. Pode ter acontecido que, ao avaliar a perceção da desilusão com a relação num único momento, se tenha perdido a riqueza subjacente à variável.

Nesta continuidade, e aproveitando para discutir mais a fundo os resultados entre cada par de variáveis, começamos por discutir a associação encontrada entre maiores níveis de *cut-off* emocional e menor sentimento de desilusão relacional.

Apesar deste ser um resultado contrário aos estudos que sugerem o *cut-off* emocional como uma variável com capacidade preditiva da desilusão na relação conjugal (Rodríguez-González et al., 2016; Rodríguez-González et al., 2019; Skowron, 2000), a discussão de algumas alternativas merece a nossa atenção.

No sentido de ressignificar os resultados encontrados, se considerarmos que indivíduos com níveis menores de diferenciação do self tendem a revelar menor maturidade emocional na resolução de conflitos, as manifestações associadas ao *cut-off* emocional podem, neste contexto, servir uma importante função de aliviar sentimentos de insatisfação de uma maneira aparentemente instantânea - isto é, através do distanciamento físico e/ou emocional (Kerr, 1984; Peleg, 2008, Skowron, 2000).

Em acréscimo, o *cut-off* emocional tem sido apontado como um mecanismo que permite aos indivíduos, em contextos emocionalmente exigentes, alcançar maiores níveis de conforto e estabilidade relacional (Kerr, 1984; Kerr & Bowen, 1988). Não obstante, importa reforçar que estas tentativas surgem (quase) sempre à custa do distanciamento emocional no casal, razão que nos pode levar a questionar o modo como os indivíduos, neste estudo, percecionam o construto de proximidade emocional na relação amorosa.

Por outro lado, a literatura propõe que na presença de *cut-off* emocional há uma redução significativa de experiências de rejeição e inadequação no seio da relação conjugal (Norona & Welsh, 2016). À semelhança, também Gottman e Silver (2012) demonstram que são muitos os parceiros que se envolvem em dinâmicas como o *cut-off* emocional para fazer face aos sentimentos de insuficiência e ao medo de dizer ou fazer a coisa errada.

Assim, e ainda que o presente estudo tenha sugerido que o *cut-off* emocional se faz associar a uma menor desilusão relacional, continua a ser necessário salientar que este padrão emocional/comportamental deixa pouco espaço para o casal lidar com as tensões suscetíveis de ocorrerem no contexto da relação a dois. A este respeito, o *cut-off* emocional tem sido descrito como uma barreira ao diálogo (Goodrow & Lim, 1997; Heintzleman et al., 2014; Peleg, 2008) e ao aprofundamento da ligação emocional (Gottman & Silver, 2012), mas principalmente como uma forma dos indivíduos se protegerem do envolvimento emocional e dos riscos que percecionam estar associados a este (Kerr, 1984; Rodríguez-González et al., 2016).

Seguidamente, e no que diz respeito à relação entre a reatividade emocional e a desilusão relacional, os resultados deste estudo sugerem que maiores níveis de reatividade

emocional estão associados a menores níveis de desilusão relacional. Este resultado é igualmente contraditório com a literatura que propõe que a presença de maior reatividade emocional está associada a uma maior frequência de conflitos conjugais bem como, a sentimentos de desilusão e descontentamento com a relação conjugal (Brandt, et al., 2007; Brown, 1999; Lampis et al., 2018).

Uma possível explicação avançada para a direção da relação supramencionada prende-se com o facto da reatividade emocional poder ser, por vezes, interpretada como um sinal de paixão ou envolvimento na relação conjugal (Kerr, 1984).

À semelhança, alguns relatos parecem confirmar a suposição que a presença de reatividade emocional denota vontade em melhorar a relação conjugal, sendo a sua ausência frequentemente associada a despreocupação com a mesma. O problema, porém, coloca-se nos padrões de comunicação disfuncional que inevitavelmente surgem na presença de níveis cada vez maiores de reatividade emocional (Aryamanesh et al., 2012; Sampaio, 2012).

Por último, o presente estudo também revelou que maiores níveis de fusão com os outros estão associados a menores sentimentos de desilusão relacional.

Para explicar a direção da relação acima mencionada, parece ser pertinente circunscrevê-los ao contexto português. A cultura portuguesa tem vindo a ser descrita como uma cultura coletivista, que deposita grande valor na família. Por esta razão, a família é reconhecida como um elemento central na vida dos indivíduos, sendo por isso de grande apreço a manutenção de relações familiares mais próximas (Seiffge-Krenke, 2006; Lampis et al., 2019).

Consequentemente, a proximidade intergeracional notável na cultura portuguesa pode repercutir-se num envolvimento prolongado com a família, que é sistematicamente descrita como um importante sistema de apoio na vida dos indivíduos (Kerr, 1984; Lampis et al., 2019).

Em acréscimo, autores como Agnew e colaboradores (1998) têm proposto a fusão como um produto das relações românticas, o que pode ajudar também a explicar a direção da relação encontrada nesta investigação.

Agnew e colaboradores (1998) sustentam que à medida que as relações românticas se desenvolvem e os parceiros se tornam mais comprometidos, os indivíduos tendem a ver-se menos como entidades separadas e mais como um todo. Isto é, como um casal.

Por esta razão, a fusão poderá também ser entendida em termos da proximidade emocional com o parceiro (Walsh & Neff, 2018). Ademais, e conforme sublinhado por Olson (2000), altos níveis de envolvimento emocional não são necessariamente disfuncionais se os indivíduos reportarem estar satisfeitos com tal envolvimento.

Por conseguinte, o progressivo envolvimento emocional pode motivar os parceiros a serem cada vez mais orientados para a relação e a comportarem-se de forma a fortalecer a mesma (Walsh & Neff, 2018), o que pode ajudar a explicar, ainda que em parte, a razão pela qual a fusão se encontra associada à diminuição de sentimentos de desilusão relacional neste estudo.

O papel do Gênero na Diferenciação do Self

Apesar de não ter sido um objetivo do estudo apurar a existência de diferenças de gênero no que toca à variável da diferenciação do self, os resultados obtidos não deixam de merecer alguma consideração.

A literatura tem demonstrado que a diferenciação do self sofre influências do gênero. Nomeadamente, são vários os estudos que indicam que os homens tendem a revelar maiores níveis de *cut-off* emocional enquanto as mulheres tendem a ser mais reativas (Kosek, 1998; Peleg, 2008; Price et al., 2021; Skowron, 2000; Skowron & Friedlander, 1998).

No que respeita às diferenças de gênero apuradas neste estudo, os resultados obtidos vão ao encontro das tendências encontradas na literatura, na medida em que as mulheres, quando comparadas com os homens, reportaram maiores níveis de fusão com os outros e de reatividade emocional.

Na sua essência, estes resultados indiciam uma discrepância nos níveis de diferenciação do self no casal. Conforme avançado por Kosek (1998) e mais tarde Price e colaboradores (2021), quando confrontadas com situações emocionalmente exigentes, as mulheres tendem a tornar-se mais reativas, acreditando que a interação com o parceiro é o modo mais eficaz de fazer face aos impasses relacionais que possam surgir. Não obstante, e pelo contrário, os homens tendem a adotar mais frequentemente um conjunto de comportamentos que visam incrementar a distância emocional no casal, o que pode ajudar a explicar, em parte, as diferenças de gênero encontradas na presente investigação.

Limitações e Estudos Futuros

Apesar da pertinência dos resultados evidenciados neste estudo, é necessário tomar em consideração algumas limitações.

Em primeiro lugar, reforça-se a natureza transversal do estudo que poderá explicar, em parte, a ausência de diferenças significativas na trajetória da desilusão e do compromisso. A este propósito, propõe-se que sejam realizados estudos longitudinais para melhor captar a dinâmica destas variáveis em amostras portuguesas.

Em segundo lugar, o método de amostragem por conveniência não garante uma representação viável da população portuguesa, razão pela qual é necessário cautela na interpretação das conclusões acima discutidas, e não a sua generalização. Em acréscimo, assistiu-se a uma representatividade maior do género feminino em comparação com o género masculino.

Para além destas questões, situam-se alguns resultados inesperados com a utilização do Inventário da Diferenciação do Self - Revisto. Mais especificamente, as dimensões contempladas neste inventário não se correlacionaram todas umas com as outras (e.g.: não foram encontradas correlações significativas entre as dimensões da fusão com os outros e posição do eu, e posição do eu e reatividade emocional). Numa tentativa de contextualizar estes resultados, uma análise do artigo de adaptação deste instrumento revelou correlações item-total abaixo de .3, indicando, desde cedo, resultados pouco satisfatórios (Field, 2018; Major et al., 2014, Lampis et al., 2019). A este propósito, pontua-se a necessidade de serem realizados estudos futuros que possam apurar melhorias para estas questões.

Na mesma sequência de ideias, e não desconsiderando a riqueza da ELFO, os resultados deste estudo parecem reforçar a necessidade de serem desenvolvidos instrumentos que avaliem, de forma mais específica, a transmissão familiar de valores e padrões amorosos.

Para melhor enquadrar esta limitação, torna-se importante denotar que as correlações encontradas entre a transmissão familiar e o compromisso revelaram-se fracas. Neste sentido, vale a pena considerar o âmbito da ELFO que avalia a transmissão das influências familiares ao nível dos valores transmitidos, da parentalidade e da gestão de relações familiares (Conceição, 2018). A este respeito, talvez a fraca magnitude de correlação encontrada se deva ao facto desta escala contemplar a transmissão de outras variáveis que não especificamente os valores familiares em torno do compromisso.

Nesta continuidade, parece-me fundamental citar o estudo qualitativo de Weigel e colaboradores (2003) (que consistiu no levantamento das mensagens e representações sobre o compromisso que os participantes captaram no seu contexto familiar), que oferece um notável ponto de partida para que estudos semelhantes sejam realizados em contexto português.

Ademais, estudos futuros poderão considerar a inclusão de uma medida de funcionamento familiar para testar a hipótese de que pior funcionamento familiar leva a níveis mais elevados de indiferenciação. Na verdade, o funcionamento familiar pode ser uma importante variável moderadora a considerar em futuras investigações.

Implicações Práticas

Torna-se cada vez mais evidente que a relação conjugal não pode ser estudada enquanto fenómeno isolado, dada à influência de fatores históricos, contextuais e relacionais que concorrem para a sua determinação (Busby et al. 2005).

Nesta sequência, pode-se dizer que o presente estudo permitiu atestar ao impacto, nem sempre reconhecido, das famílias de origem na relação conjugal, e mais concretamente ao nível do compromisso amoroso.

A este respeito, considera-se que os resultados obtidos neste estudo vieram reforçar a importância de privilegiar, em contextos terapêuticos, uma análise dos fenómenos transgeracionais que coadjuvam na formação do casal. O recurso a uma lente transgeracional pode surgir como uma importante ferramenta clínica, convidando os indivíduos a examinarem os padrões de comportamento, comunicação e de resolução de conflito que lhes foram transmitidos pelas suas famílias de origem. Fruto desta análise, espera-se que os indivíduos consigam alcançar uma maior consciencialização do impacto que a transmissão familiar possui no funcionamento individual e conjugal (Ballard et al., 2016).

Na mesma sequência de ideias, e apesar das evidências que remetem para uma idealização do parceiro e da relação conjugal nos primeiros anos, torna-se essencial rematar a importância destas primeiras etapas para o bom sucesso da relação conjugal. Por este motivo, encoraja-se que a etapa associada à formação do casal seja acompanhada por um trabalho terapêutico importante (McGoldrick et al., 2016).

Por fim, este estudo parece ter reafirmado a riqueza por detrás do construto da diferenciação do self, não só em termos teóricos, mas também em termos práticos. Sugere-se que uma análise do modo como cada conjugue se diferenciou em relação à sua família de origem constitui também um recurso significativo a ser explorado em contextos terapêuticos, já que permite ao terapeuta melhor captar a dinâmica relacional presente no casal (González-Rodríguez et al., 2016).

Referências

- Agnew, C. R., Van Lange, P. A. M., Rusbult, C. E., & Langston, C. A. (1998). Cognitive Interdependence: Commitment and the Mental Representation of Close Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(4), 939-954. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.4.939>
- Agnew, C. R. (2009). Commitment, theories and typologies. In H. Reis & S. Sprecher (Eds.) *Encyclopedia of Human Relationships* (Vol. 1, pp 245- 248). SAGE.
- Almeida, M. E., Magalhães, A.S. & Féres-Carneiro, T. (2014). Transmissão Geracional da Profissão na Família: Repetição e Diferenciação. *Psico*, 45(4), 454-462. <https://doi.org/10.15448/1980-8623.2014.4.15344>
- Arriaga, X. B., Reed, J. T., Goodfriend, W., & Agnew, C. R. (2006). Relationship perceptions and persistence: Do fluctuations in perceived partner commitment undermine dating relationships? *Journal of Personality and Social Psychology*, 91(6), 1045–1065. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.91.6.1045>
- Aryamanesh, S., Fallahchai, R., Zarei, E., & Haghghi, H. (2012). Comparison of differentiation among satisfying couples and conflicting couples in Bandar Abbas city. *Journal of Life Science and Biomedicine*, 2(6), 308-314.
- Ballard, M. B., Fazio-Griffith, L., & Marino, R. (2016). Transgenerational family therapy: a case study of a couple in crisis. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 24(2), 109-113. <https://doi.org/10.1177/1066480716628564>
- Balswick, J. K., & Balswick, J. O. (1999). Extramarital affairs: Causes, consequences, and recovery. *Marriage & Family: A Christian Journal*, 2(4), 419–427.
- Baron, R. M. & Kenny, D. A. (1986). The Moderator-Mediator Variable Distinction in Social Psychological Research: Conceptual, Strategic, and Statistical Considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173-1182. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.51.6.1173>
- Bartle-Haring, S., Worch, S. & Vanbergen, A. (2019). Differentiation: Moderator or mediator for change in satisfaction in the early sessions of couple therapy. *Psychotherapy Research*, 30 (3), 387-401. <https://doi.org/10.1080/10503307.2019.1669842>

- Benson, M. J., Larson, J., Wilson, S. M., & Demo, D. H. (1993). Family of Origin Influences on Late Adolescent Romantic Relationships. *Journal of Marriage and the Family*, 55 (3), 663-672. <https://doi.org/10.2307/353347>
- Bowen M. (1978). *Family Therapy in Clinical Practice*. Jason Aronson
- Brandt, C. G., Busby, D. M. & Brimhall, A. S. (2007). Putting Emotional Reactivity in its Place? Exploring Family-of-origin Influences on Emotional Reactivity, Conflict, and Satisfaction in Premarital Couples. *Contemporary Family Therapy*, 29, 113-127. <https://doi.org/10.1007/s10591-007-9039-x>
- Branquinho, A., Crespo, C. & Narciso, I. (2017). In M. M. Gonçalves, M. R. Simões & L. S. Almeida (Coords.), *Psicologia Clínica e da Saúde: Instrumentos de Avaliação* (Cap. 4, pp. 57-72). Pactor.
- Brown, J. (1999). Bowen Family Systems Theory and Practice: Illustration and Critique. *Australian & New Zealand Journal of Family Therapy*, 20 (2), 94-103. <https://doi.org/10.1002/j.1467-8438.1999.tb00363.x>
- Boszormenyi-Nagy, I., & Spark, G. M. (1973). *Invisible loyalties: Reciprocity in intergenerational family therapy*. Harper & Row.
- Bueno, R. K., Souza, S. A. & Monteiro, M. A. (2013). Processo de Diferenciação dos Casais de suas Famílias de Origem. *Psico*, 44(1), 16-25.
- Busby, D. M., Gardner, B. C., & Taniguchi, N. (2005). The Family of Origin Parachute Model: Landing Safely in Adult Romantic Relationships. *Family Relations*, 54(2), 254-264. <https://doi.org/10.1111/j.0197-6664.2005.00020.x>
- Calatrava, M., Martins, M.V., Schweer-Collins, M., Duch-Ceballos, C., & Rodríguez-González, M. (2022). Differentiation of self: A scoping review of Bowen Family Systems Theory's core construct. *Clinical Psychology Review*, 91, 1-13. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2021.102101>
- Conceição, S. C. (2018). *Escala de Legados da Família de Origem (ELFO): Estudos de validação numa amostra de adultos portugueses* [Tese de Mestrado, Universidade de Coimbra]. Repositório científico da Universidade de Coimbra. <http://hdl.handle.net/10316/85486>

- Crespo, C. (2007). *Rituais Familiares e o Casal: Paisagens Inter-Sistémicas* [Tese de doutoramento, Universidade de Lisboa]. Repositório da Universidade de Lisboa. <http://hdl.handle.net/10451/42437>
- Dell'Isola, R., Durtschi, J. & Morgan, P. (2019). Underlying Mechanisms Explaining the Link between Differentiation and Romantic Relationship Outcomes. *The American Journal of Family Therapy*, 47(5), 293-310. <https://doi.org/10.1080/01926187.2019.1655814>
- Ehsan-Niarami, A., Heydari, H., Zare-Bahramabadi, M., & Davoudi, H. (2019). A Structural Model of Marital Commitment Prediction based on Personality Traits by the Mediation of Attachment Styles and Self differentiation. *International Journal of Behavioural Sciences*, 12(4), 183-192.
- Féres-Carneiro. T. (1998). Casamento contemporâneo: o difícil convívio da individualidade com a conjugalidade. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 11 (2), 379-394. <https://doi.org/10.1590/S0102-79721998000200014>.
- Ferreira, L. C., Narciso, I. Novo, R. F., Pereira, C. R. (2014). Predicting Couple Satisfaction: the role of differentiation of self, sexual desire and intimacy in heterosexual individuals. *Sexual and Relationship Therapy*, 29(4), 390-404. <https://doi.org/10.1080/14681994.2014.957498>
- Field, A. (2018). *Discovering statistics using IBM SPSS Statistics* (8th rev. ed.). SAGE.
- Fletcher, G. J. O., Simpson, J. A. & Thomas, G. (2000). The Measurement of Perceived Relationship Quality Components: A Confirmatory Factor Analytic Approach. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(3), 340-354. <https://doi.org/10.1177/0146167200265007>
- Framo, J. L. (1992). *Family of Origin Therapy: An Intergenerational Approach*. Routledge.
- Gomes, I. C. (2014). Conflictos conyugales en la contemporaneidade y transmisión psíquica: investigación e interpretación con parejas. *Subjetividad y procesos cognitivos*, 18(1), 122-140. Recuperado a 26 de Janeiro, de 2022, de: <http://dspace.uces.edu.ar:8180/xmlui/handle/123456789/2474>
- Goodrow K. K. & Lim, M. (1997). Bowenian Theory in Application: A Case Study of a Couple Intending to Marry. *Journal of Family Psychotherapy*, 8(1), 33-42. https://doi.org/10.1300/J085V08N01_03

- Gottman, J. & Silver, N. (2012). *What makes love last? How to build trust and avoid betrayal*. Simon & Schuster.
- Gouveia-Pereira, M. Terapia de Casal Sistémico-Relacional. In Leal, I. (Eds.), *Psicoterapias* (1ª ed., pp. 233-251). Pactor.
- Gubbins, C. A., Perosa, L. M., & Bartle-Haring, S. (2010). Relationships Between Married Couples' Self Differentiation/Individuation and Gottman's Model of Marital Interactions. *Contemporary Family Therapy: An International Journal*, 32(4), 383 – 395. <https://doi.org/10.1007/s10591-010-9132-4>
- Haefner, J. (2014). An application of Bowen Family Systems Theory. *Issues in Mental Health Nursing*, 35, 835-841. <https://doi.org/10.3109/01612840.2014.921257>
- Hayes, A. F. (2018). *Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis: A Regression-Based Approach (Methodology in the Social Sciences)* (2nd ed.). The Guilford Press.
- Heintzelman, A., Murdock, N., Krycak, R. C. & Seay, L. (2014). Recovery From Infidelity: Differentiation of Self, Trauma, Forgiveness, and Posttraumatic Growth Among Couples in Continuing Relationships. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, 3(1), 13-29. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/cfp0000016>
- Hill, E. W., Hasty, C. & Moore, C. J. (2011). Differentiation of Self and the Process of Forgiveness: A Clinical Perspective for Couple and Family Therapy. *The Australian & New Zealand Journal of Family Therapy*, 32 (1), 43-57. <https://doi.org/10.1375/anft.32.1.43>
- Holman, T. B. & Busby, D. M. (2011). Family-of-Origin, Differentiation of Self and Partner, and Adult Romantic Relationship Quality. *Journal of Couple and Relationship Therapy*, 10(1), 3-19. <https://doi.org/10.1080/15332691.2010.539171>
- Kerr, M. E. (1984). Theoretical Base for Differentiation of Self in One's Family of Origin. *The Clinical Supervisor*, 2(2), 3-36. https://doi.org/10.1300/J001v02n02_02
- Kerr, M. & Bowen, M. (1988). *Family Evaluation: An Approach based on Bowen Theory*. W.W. Norton & Company

- Klever, P. (1998). Marital Fusion and Differentiation. In P. Titelman (Ed.) *Clinical Applications of Bowen Family Systems Theory* (Cap. 4, pp. 119-144). Routledge.
- Klever, P. (2005). The Multigenerational Transmission of Family Unit Functioning. *The American Journal of Family Therapy*, 33(3), 253-264. <http://dx.doi.org/10.1080/01926180590952436>
- Kline, R. B. (1998). *Principles and practice of structural equation modelling*. The Guildford Press.
- Kosek, R. B. (1998). Self-Differentiation within Couples. *Psychological Reports*, 83(1), 275-279. <https://doi.org/10.2466/pr0.1998.83.1.275>
- Lam, C. M. & Chan-Soo, P. C. Y. (2015). Validation of the Chinese Version of Differentiation of Self Inventory (C-DSI). *Journal of Marital and Family Therapy*, 41(1), 86-101. <https://doi.org/10.1111/jmft.12031>
- Lampis, J. (2016). Does partners' differentiation of self predict dyadic adjustment? *Journal of Family Therapy*, 38(3), 303-318. <https://doi.org/10.1111/1467-6427.12073>
- Lampis, J., Cataudella, S., Agus, M., Busonera, A. & Skowron, E. A. (2018). Differentiation of Self and Dyadic Adjustment in Couple Relationships: A Dyadic Analysis Using the Actor-Partner Interdependence Model. *Family Process*, 58(3), 698-715. <https://doi.org/10.1111/famp.12370>
- Lampis, J., Rodríguez-González, M., Cataudella, S., Relvas, A. P., Neophytou, K., & Agus, M. (2019). Cross-Cultural Validity of Bowen Theory in Southern European Countries. *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*, 40(4), 457-482. <https://doi.org/10.1002/anzf.1394>
- Lawson, D., & Brossart, D. (2001). Intergenerational transmission: individuation and intimacy across three generations. *Family Process*, 40(4), 429-442. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2001.4040100429.x>
- Lieberman, S. (1978). A Transgenerational Theory. *Journal of Family Therapy*, 1(3), 247-360. <https://doi.org/10.1046/j..1979.00506.x>

- Lim, M. G. & Jennings, G. H. (1996). Marital Satisfaction of Healthy Differentiated and Undifferentiated Couples. *The Family Journal*, 4(4), 308–315. <https://doi.org/10.1177/1066480796044004>
- Major, S., Rodríguez-González, R., Miranda, C., Rousselot, M. & Relvas A. P. (2014). Inventário de Diferenciação do Self – Revisto (IDS-R). In A. P. Relvas & S. Major (Coords.), *Avaliação Familiar: Funcionamento e Intervenção* (Cap. 4, pp. 71-96). Imprensa da Universidade de Coimbra.
- Martinson, V. K., Holman, T. B., Larson, J. H., & Jackson, J. B. (2010). The Relationship Between Coming to Terms with Family-of-Origin Difficulties and Adult Relationship Satisfaction. *The American Journal of Family Therapy*, 38(3), 207-217. : <https://doi.org/10.1080/01926180902961696>
- McGoldrick, M. (2016). Becoming a Couple: The Joining of Families. In M. McGoldrick, N. G. Preto & B. Carter (Coords.), *The Expanding Family Life Cycle: Individual, Family and Social Perspectives* (5ª ed., Cap. 14, pp. 259-279). Pearson.
- Momeni, K., Omid, S. K. & Amani, R. (2015). Predicting marital commitment on the basis of differentiation of self, family adaptability and cohesion, and marital intimacy. *Family Pathology, Counseling and Enrichment Journal*, 1(2), 46-58.
- Monk, J. K. (2017). *Boomerang coupling: The role of Differentiation, Violence, Commitment, and Deciding in on-off Relationship Instability* [Tese de Doutorado não publicada]. Universidade de Illinois.
- Niehuis, S., Reifman, A. & Lee, K. H. (2013). Disillusionment in Cohabiting and Married Couples: A National Study. *Journal of Family Issues*, 36(7), 1 - 23. <https://doi.org/10.1177/0192513X13498594>
- Norona, J. C. & Welsh, D. P. (2016). Rejection Sensitivity and Relationship Satisfaction in Dating Relationships: The Mediating Role of Differentiation of Self. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, 5(2), 124-135. <http://dx.doi.org/10.1037/cfp0000056>
- Olson, D. H. (2000). Circumplex Model of Marital and Family Systems. *Journal of Family Therapy*, 22(2), 144-167. <https://doi.org/10.1111/1467-6427.00144>

- Owen, J., Rhoades, G., Shuck, B., Fincham, F. D., Stanley, S., Markman, H., & Knopp, K. (2014). Commitment uncertainty: A Theoretical Overview. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, 3(4), 207–219. <https://doi.org/10.1037/cfp0000028>
- Patrick, S., Sells, J. N., Giordano, F. G. & Tollerud, T. R. (2007). Intimacy, Differentiation, and Personality Variables as Predictors of Marital Satisfaction. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 15(4), 359-367. <https://doi.org/10.1177/1066480707303754>
- Peleg, O. (2008). The Relation between Differentiation of Self and Marital Satisfaction: what can be learned from married people over the course of life?. *The American Journal of Family Therapy*, 36(5), 388-401. <http://dx.doi.org/10.1080/01926180701804634>
- Peleg, O. & Harish, N. (2021). Can Family Patterns Help Adolescents Establish Intimate Social Relationships with Peers? *The American Journal of Family Therapy*, 50(3), 227-248. <https://doi.org/10.1080/01926187.2021.1909511>
- Pestana, M. H. & Gagueiro, J. N. (2020) . *Análise de Dados para Ciências Sociais: A Complementaridade do SPSS* (6ª ed.). Edições Sílabo.
- Price, A. A., Leavitt, C. E. & Allsop, D. B. (2021). How Gender Differences in Emotional Cutoff and Reactivity Influence Couple’s Sexual and Relational Outcomes. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 47(1), 16-31. <https://doi.org/10.1080/0092623X.2020.1800541>
- Putney, N. M., & Bengtson, V. L. (2002). Socialization and the family revisited. *Advances in Life Course Research*, 7, 165-194. [https://doi.org/10.1016/S1040-2608\(02\)80034-X](https://doi.org/10.1016/S1040-2608(02)80034-X)
- Rodríguez-González, M., Skowron, E. A., Cagigal, V., & Muñoz, I. (2016). Differentiation of self, mate selection, and marital adjustment: Validity of postulates of Bowen theory in a Spanish sample. *American Journal of Family Therapy*, 44(1), 11–23. <https://doi.org/10.1080/01926187.2015.1099415>
- Rodríguez-González, M., Martins, M. V., Bell, C. A., Lafontaine, M. F. & Costa, M. E. (2019). Differentiation of Self, Psychological Distress, and Dyadic Adjustment: Exploring an Integrative Model Through an Actor–Partner Analysis. *Contemporary Family Therapy*, 41, 293-303. <https://doi.org/10.1007/s10591-019-09493-x>

- Rusbult, C. E. (1983). A longitudinal test of the investment model: The development (and deterioration) of satisfaction and commitment in heterosexual involvements. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45(1), 101-117. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.45.1.101>
- Sampaio, D. (2012). *Labirinto de Mágoas: As crises do casamento e como enfrentá-las* (1ª ed.). Caminho.
- Sampaio, D., & Gameiro, J. (1985). *Terapia Familiar*. Edições Afrontamento.
- Schnarch, D. & Regas, S. (2012). The Crucible Differentiation Scale: Assessing Differentiation in Human Relationships. *Journal of Marital and Family Therapy*, 38(4),639-652. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2011.00259.x>
- Schulz, C. & Colossi, P. M. (2020). A Transmissão Transgeracional dos Modelos Conjugais. *Pensando Famílias*, 24(1), 45-66. Recuperado a 22 de janeiro, de 2022 de: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-494X2020000100005&lng=pt&tlng=pt
- Seiffge-Krenke, I. (2006). Leaving Home or Still in the Nest? Parent–Child Relationships and Psychological Health as Predictors of Different Leaving Home Patterns. *Developmental Psychology*, 42(5), 864–76. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.5.864>.
- Skowron, E. A. (2000). The Role of Differentiation of Self in Marital Adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 47(2), 229-237. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.47.2.229>
- Skowron, E. A. & Friedlander, M. L. (1998). The Differentiation of Self Inventory: Development and Initial Validation. *Journal of Counselling Psychology*, 45(3), 235-246. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.45.3.235>
- Skowron, E. A. & Schmitt, T. A. (2003). Assessing Interpersonal Fusion: Reliability and Validity of a new DSI Fusion with Others Subscale. *Journal of Marital and Family Therapy*, 29(2), 209-222. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2003.tb01201.x>
- Walsh, C. M. & Neff, L. A. (2018). We're better when we blend: The benefits of couple identity fusion. *Self and Identity*, 17(5), 587-603. <https://doi.org/10.1080/15298868.2018.1430062>

- Weigel, D. J. (2007). Parental Divorce and the Types of Commitment-Related Messages People Gain from Their Families of Origin. *Journal of Divorce and Remarriage*, 47(1/2), 15-32. https://doi.org/10.1300/J087v47n01_02
- Weigel, D. J., Bennett, K. K. & Ballard-Reisch, D. S. (2003). Family influences on commitment: Examining the family of origin correlates of relationship commitment attitudes. *Personal Relationships*, 10(4), 453-474. <https://doi.org/10.1046/j.1475-6811.2003.00060.x>
- Weigel, D. J., Weiser, D. A. (2014). Commitment Messages Communicated in Families of Origin: Contributions to Relationship Commitment Attitudes. *Communication Quarterly*, 62(5), 536–551. <https://doi.org/10.1080/01463373.2014.949382>
- Whitton, S. W., Rhoades, G. K., Stanley, S. M. & Markman, H. (2008). Effects of Parental Divorce on Marital Commitment and Confidence. *Journal of Family Psychology*, 22(5), 789-793. <https://doi.org/10.1037/a0012800>

Anexos

Anexo A – Questionário Sociodemográfico

De seguida encontrará um conjunto de questões sobre aspetos gerais da sua vida às quais gostaria que respondesse com a maior sinceridade. Realce-se que as informações recolhidas servirão uma função meramente descritiva e, em nada, permitirão a sua identificação.

Idade: _____

Sexo:

- Feminino
- Masculino
- Outro

Nacionalidade: _____

Habilitações Literárias:

- Ensino Básico (i.e. inferior ao 9º ano)
- Ensino Secundário (i.e. até ao 12º ano)
- Curso tecnológico/profissional
- Licenciatura
- Mestrado
- Doutoramento

A relação na qual se encontra atualmente é:

- Heterossexual
- Homossexual

Outro

Há quanto tempo coabita com o/a seu/sua parceiro/a?

Tem filhos?

Sim

Não

Se respondeu sim à questão anterior, por favor indique quantos filhos tem e a(s) sua(s) respetiva(s) idade(s):

Anexo B – Escala dos Legados da Família de Origem (ELFO)

Para responder às questões que se encontram abaixo, peço que pense na sua família de origem (i.e. nas pessoas com quem vivia em sua casa quando era criança e adolescente).

Por favor, indique até que ponto acha que foi influenciado/a por ela nas situações descritas abaixo, utilizando a escala de resposta concedida (1 – Nada influenciado/a ; 6 - Muito influenciado/a).

Se achar que uma afirmação não se aplica a si (por ex.: atualmente não tem filhos), por favor responda à questão de acordo com o que lhe parece que seriam os seus pensamentos e sentimentos nessa situação.

Até que ponto acha que foi influenciado/a pela sua família de origem:

1. Na maneira como protege ou cuida de toda a sua família atual;

1 – nada influenciado/a		2		3		4		5		6 – muito influenciado/a
----------------------------	--	---	--	---	--	---	--	---	--	-----------------------------

2. Na maneira como protege ou cuida do/s seu/s filho/s;

1 – nada influenciado/a		2		3		4		5		6 – muito influenciado/a
----------------------------	--	---	--	---	--	---	--	---	--	-----------------------------

3. Na forma como mostra carinho e respeito pelo/a seu/sua esposo/a;

1 – nada influenciado/a		2		3		4		5		6 – muito influenciado/a
----------------------------	--	---	--	---	--	---	--	---	--	-----------------------------

4. Na forma como mostra carinho ao/s seu/s filhos/s;

1 – nada influenciado/a		2		3		4		5		6 – muito influenciado/a
----------------------------	--	---	--	---	--	---	--	---	--	-----------------------------

5. Na forma como valoriza a sua família;

1 – nada influenciado/a	2	3	4	5	6 – muito influenciado/a
----------------------------	---	---	---	---	-----------------------------

6. Na forma como se preocupa com toda a sua família;

1 – nada influenciado/a	2	3	4	5	6 – muito influenciado/a
----------------------------	---	---	---	---	-----------------------------

7. Na forma como conversa com o/s seu/s filho/s;

1 – nada influenciado/a	2	3	4	5	6 – muito influenciado/a
----------------------------	---	---	---	---	-----------------------------

8. Na maneira como disciplina/impõe regras ao/s seu/s filho/s;

1 – nada influenciado/a	2	3	4	5	6 – muito influenciado/a
----------------------------	---	---	---	---	-----------------------------

9. Na forma como ouve o que os outros membros da família têm para lhe dizer;

1 – nada influenciado/a	2	3	4	5	6 – muito influenciado/a
----------------------------	---	---	---	---	-----------------------------

10. Nos valores (por ex.: humildade, responsabilidade) que transmite à sua família atual;

1 – nada influenciado/a	2	3	4	5	6 – muito influenciado/a
----------------------------	---	---	---	---	-----------------------------

11. Na forma como respeita/respeitava os seus pais;

1 – nada influenciado/a	2	3	4	5	6 – muito influenciado/a
----------------------------	---	---	---	---	-----------------------------

12. Nas coisas que gosta de fazer com a sua família atual nos tempos livres;

1 – nada influenciado/a		2		3		4		5		6 – muito influenciado/a
----------------------------	--	---	--	---	--	---	--	---	--	-----------------------------

Anexo C – Inventário de Diferenciação do Self – Revisto (IDS-R)

Por favor, leia atentamente cada afirmação e decida se esta é geralmente verdadeira para si numa escala de 1 (nada) a 6 (muito).

Se achar que uma afirmação não se aplica a si, por favor responda à questão de acordo com o que lhe parece que seriam os seus pensamentos e sentimentos nessa situação.

1. As pessoas têm reparado que sou excessivamente emotivo(a).	1	2	3	4	5	6
2. Tenho dificuldade em expressar os meus sentimentos às pessoas que me são queridas.	1	2	3	4	5	6
3. Sinto-me, frequentemente, inibido(a) junto da minha família.	1	2	3	4	5	6
4. Tendo a manter-me bastante calmo(a), mesmo sob stress (sob pressão).	1	2	3	4	5	6
5. Normalmente, preciso de muito encorajamento por parte de outros quando começo um trabalho ou tarefa importante.	1	2	3	4	5	6
6. Quando alguém que me é próximo desilude, afasto-me dele/dela por um tempo.	1	2	3	4	5	6
7. Independentemente do que aconteça na minha vida, sei que nunca perderei a noção daquilo que sou enquanto pessoa.	1	2	3	4	5	6
8. Tendo a distanciar-me quando as pessoas se aproximam demasiado de mim.	1	2	3	4	5	6
9. Quero corresponder às expectativas que os meus pais têm de mim.	1	2	3	4	5	6
10. Gostaria de não ser tão emotivo(a).	1	2	3	4	5	6
11. Normalmente, não altero o meu comportamento apenas para agradar a outra pessoa.	1	2	3	4	5	6
12. O(a) meu(minha) esposo(a)/companheiro(a) não toleraria se eu lhe expressasse os meus verdadeiros sentimentos sobre alguma coisa.	1	2	3	4	5	6

13. Quando o(a) meu(minha) esposo(a)/companheiro(a) me critica, isso incomoda-me durante dias.	1	2	3	4	5	6
14. Por vezes, os meus sentimentos tomam conta de mim e tenho dificuldades em pensar com clareza.	1	2	3	4	5	6
15. Quando estou a ter uma discussão com alguém, consigo separar os meus pensamentos acerca do assunto dos meus sentimentos para com essa pessoa	1	2	3	4	5	6
16. Sinto-me, frequentemente, desconfortável quando as pessoas se aproximam demasiado de mim.	1	2	3	4	5	6
17. Sinto necessidade de aprovação de praticamente toda a gente na minha vida.	1	2	3	4	5	6
18. Por vezes, sinto muitos altos e baixos emocionais.	1	2	3	4	5	6
19. Não faz sentido aborrecer-me com coisas que não posso mudar.	1	2	3	4	5	6
20. Estou preocupado(a) por perder a minha independência nas relações íntimas.	1	2	3	4	5	6
21. Sou excessivamente sensível a críticas.	1	2	3	4	5	6
22. Tento corresponder às expectativas dos meus pais.	1	2	3	4	5	6
23. Aceito-me bastante bem.	1	2	3	4	5	6
24. Sinto, frequentemente, que o(a) meu(minha) esposo(a)/companheiro(a) exige demasiado de mim.	1	2	3	4	5	6
25. Concordo, frequentemente, com os outros apenas para não criar conflitos.	1	2	3	4	5	6
26. Se tiver tido uma discussão com o(a) meu(minha) esposo(a)/companheiro(a), tendo a pensar nisso o dia todo	1	2	3	4	5	6
27. Sou capaz de dizer “não” aos outros, mesmo quando me sinto pressionado por eles.	1	2	3	4	5	6
28. Quando uma das minhas relações se torna muito intensa, sinto o impulso de fugir dela.	1	2	3	4	5	6
29. Discussões com os meus pais ou irmão(s) ainda me conseguem fazer sentir terrivelmente.	1	2	3	4	5	6
30. Se alguém está aborrecido comigo, não consigo aceitar isso facilmente.	1	2	3	4	5	6

31. Estou mais preocupado(a) em fazer aquilo que acho que está correto, do que em obter a aprovação dos outros.	1	2	3	4	5	6
32. Nunca consideraria voltar-me para algum dos membros da minha família na procura de apoio emocional.	1	2	3	4	5	6
33. Sinto-me, frequentemente, inseguro(a) quando os outros não estão por perto para me ajudar a tomar uma decisão.	1	2	3	4	5	6
34. Sou muito sensível quanto a ser magoado por outros.	1	2	3	4	5	6
35. A minha autoestima depende realmente do que os outros pensam de mim.	1	2	3	4	5	6
36. Quando estou com o(a) meu(minha) esposo(a)/companheiro(a), sinto-me frequentemente sufocado(a).	1	2	3	4	5	6
37. Ao tomar decisões, raramente me preocupo com o que os outros irão pensar.	1	2	3	4	5	6
38. Pergunto-me, frequentemente, acerca do tipo de impressão que crio.	1	2	3	4	5	6
39. Quando as coisas correm mal, falar sobre elas normalmente piora-as.	1	2	3	4	5	6
40. Sinto as coisas mais intensamente que os outros.	1	2	3	4	5	6
41. Normalmente, faço o que acredito que é correto independentemente do que os outros dizem.	1	2	3	4	5	6
42. A nossa relação poderia ser melhor se o(a) meu(minha) esposo(a)/companheiro(a) me desse o espaço de que necessito.	1	2	3	4	5	6
43. Tendo a sentir-me bastante estável sob <i>stress</i> (sob pressão).	1	2	3	4	5	6
44. Por vezes, sinto-me mal disposto(a) depois de discutir com o(a) meu(minha) esposo(a)/companheiro(a).	1	2	3	4	5	6
45. Sinto que é importante ouvir as opiniões dos meus pais antes de tomar decisões.	1	2	3	4	5	6
46. Preocupa-me que as pessoas que me são próximas fiquem doentes, magoadas ou perturbadas.	1	2	3	4	5	6

Anexo D – Inventário de Componentes de Qualidade Relacional Percebida (ICQRP)

Peço que pense na sua relação atual para responder às questões que segue, utilizando para este fim, a escala de resposta concedida (1 – Mesmo nada; 7 – Extremamente).

1. Até que ponto se empenha na sua relação?	1	2	3	4	5	6	7
2. Até que ponto se dedica à sua relação	1	2	3	4	5	6	7
3. Até que ponto se entrega à sua relação?	1	2	3	4	5	6	7

Anexo E – Escala de Desilusão Relacional (RDS)

Quando ocorrem mudanças no casamento/relação romântica, os cônjuges/companheiros pode, por vezes, experienciar desilusão, desapontamento ou desencanto.

Pensando na sua relação atual, por favor, indique em que medida concorda com as seguintes afirmações, utilizando para este fim a escala de resposta concedida:

Escala de resposta:

1. Discordo Fortemente	2. Discordo	3. Não concordo nem discordo	4. Concordo	5. Concordo Fortemente
------------------------	-------------	------------------------------	-------------	------------------------

1. O meu casamento/relação não tem corrido de forma tão perfeita como eu pensei que aconteceria.	1	2	3	4	5
2. Eu estou a começar a ver o meu cônjuge/companheiro(a) de uma forma mais negativa.	1	2	3	4	5
3. O casamento/relação não é tão gratificante quanto eu esperaria que fosse.	1	2	3	4	5
4. A nossa relação mudou para pior.	1	2	3	4	5
5. Eu já não gosto realmente do meu cônjuge/companheiro(a) como pessoa.	1	2	3	4	5
6. O meu casamento/relação já não é tão importante para mim como costumava ser.	1	2	3	4	5
7. Eu estou muito desapontado(a) com o meu casamento/relação.	1	2	3	4	5
8. Eu já não tenho sentimentos tão positivos em relação ao meu cônjuge/companheiro(a), como em tempos tive.	1	2	3	4	5
9. Se eu pudesse regressar atrás no tempo, não casaria/não viveria com o meu cônjuge/companheiro(a) novamente.	1	2	3	4	5
10. Eu sinto-me iludido(a), traído(a) ou enganado(a) pelo amor.	1	2	3	4	5

Anexo F – Plano de Análise de Dados

Em primeiro lugar, denote-se que o valor de referência de significância estatística considerado neste estudo foi de $p \leq .05$ (Pestana & Gagueiro, 2020).

No que concerne ao tratamento dos dados omissos, foi utilizado o método *pairwise*, pelo facto de preservar um maior número de observações, já que exclui da análise apenas os casos onde existem não respostas (Pestana & Gagueiro, 2020).

Para as estatísticas descritivas das variáveis em estudo foram calculadas a média, desvio-padrão, mínimo, máximo, assimetria e curtose (Pestana & Gagueiro, 2020). Em relação à assimetria e curtose, foram tidos em conta os valores de referência de 3 e 7, respetivamente (Kline, 1998).

Com o objetivo de explorar o efeito dos indicadores sociodemográficos nas variáveis em estudo, realizaram-se testes-t, ANOVA's *One-Way* e a sua alternativa não paramétrica quando o pressuposto da homogeneidade de variâncias, visível através da significância do teste de Levene, não fora assegurado.

Para a análise das hipóteses 1 e 3 levantadas no estudo realizaram-se correlações de Pearson. Em acréscimo, foram realizadas também correlações de Spearman entre alguns indicadores sociodemográficos de pertinência.

Para classificar a intensidade das correlações, teve-se em conta o critério proposto por Pestana e Gagueiro (2020), onde: $|R| < 0.2$ indicam associações muito fracas; $0.2 \leq |R| < 0.4$ indicam associações fracas; $0.4 \leq |R| < 0.7$ indicam associações moderadas; $0.7 \leq |R| < 0.9$ indicam associações elevadas e $0.9 \leq |R| < 1$ indicam associações muito elevadas.

No que concerne à hipótese 2, que propõe uma análise de mediação, foi necessário recorrer à extensão do *Process*, tendo sido selecionado o modelo 4 referente à análise de mediação simples (Hayes, 2018).

Para interpretar a significância da mediação recorreu-se à análise dos intervalos de confiança para o efeito indireto usando o método *bootstrap*. Quando o intervalo de confiança integra o valor zero ou sinais diferentes conclui-se que o efeito indireto não foi significativo, indicando uma ausência de mediação (Field, 2018).

Anexo G – Análise Descritiva das variáveis em estudo

Tabela 8

Estatística Descritiva das variáveis em estudo (N = 192)

Variável	Dimensão	Média	DP	Mín.	Máx.	Assimetria	Curtose
Transmissão Familiar		4.57	1.31	1	6	-.89	-.10
Diferenciação do Self		4.11	0.62	2.61	5.39	-.47	-.42
	Reatividade Emocional	3.73	0.97	1.36	6	-.08	-.34
	Posição do Eu	4.19	0.87	1.64	5.91	-.48	-.13
	<i>Cut-off</i> Emocional	4.78	0.85	1.67	6	-.96	.87
	Fusão com os Outros	3.79	0.81	1	5.91	-.37	.17
Compromisso		5.72	1.25	2	7	-.886	-.018
Desilusão Relacional		1.72	0.90	1	5	1.59	1.97