

**UNIVERSIDADE DE LISBOA  
FACULDADE DE PSICOLOGIA  
UNIVERSIDADE DE COIMBRA  
FACULDADE DE PSICOLOGIA E CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO**



UNIVERSIDADE DE COIMBRA

**CASA(L) EM CONSTRUÇÃO: UMA BASE TEÓRICO-EMPÍRICA PARA O  
DESENVOLVIMENTO DE UMA INTERVENÇÃO NA TRANSIÇÃO PARA A  
CONJUGALIDADE**

**Ana Lúcia Pires Pego Monteiro**

**DOUTORAMENTO EM PSICOLOGIA CLÍNICA**

(Psicologia da Família e Intervenção Familiar)

**2014**



**UNIVERSIDADE DE LISBOA  
FACULDADE DE PSICOLOGIA**

**UNIVERSIDADE DE COIMBRA  
FACULDADE DE PSICOLOGIA E CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO**



UNIVERSIDADE DE COIMBRA

**CASA(L) EM CONSTRUÇÃO: UMA BASE TEÓRICO-EMPÍRICA PARA O  
DESENVOLVIMENTO DE UMA INTERVENÇÃO NA TRANSIÇÃO PARA A  
CONJUGALIDADE**

**Ana Lúcia Pires Pego Monteiro**

**Tese orientada pela Professora Doutora Maria Teresa Ribeiro, especialmente  
elaborada para a obtenção do grau de doutor em**

**Psicologia da Família e Intervenção Familiar**

**2014**



## Agradecimentos

São muitas histórias, muitas partilhas, muitos participantes a quem devo estas páginas que escrevo. O meu primeiro obrigado vai para todos eles, principalmente para os casais que com tanta generosidade abriram as suas vidas, dedicaram o seu tempo, partilharam ideias e propostas!

À Professora Doutora Maria Teresa Ribeiro, que privilégio ser orientada, ensinada, inspirada, motivada, desafiada, apoiada, por si. Pela partilha de conhecimentos da ciência e da Vida, um muito obrigada. Por ter acreditado em mim e neste projecto, uma gratidão sem fim.

A todos os que integram a primeira edição do Programa Doutoral Inter-Universitário em Psicologia Clínica, professores e colegas, mudaram a minha vida. Desde o primeiro encontro em Coimbra que não ficaram dúvidas, que especial, único e histórico foi (ainda é...) partilharmos esta experiência.

Um obrigado ainda a tantos que na Faculdade de Psicologia da UL me acolheram, vinda do Norte, e contribuíram para o desenvolvimento deste trabalho, colegas da Família e de outras Organizações (sem a vossa presença naquele gabinete teria sido um caminho bem mais solitário!), professores (um obrigado muito especial à Professora Doutora Isabel Narciso, pelas preciosas partilhas e sugestões, um obrigado pelo apoio científico sempre disponível do Professor Doutor Cícero Pereira, e uma palavra de apreço às Professoras Doutoradas Maria José Chambel e Alexandra Marques Pinto, que se cruzaram na minha vida e neste projecto mais de perto) e funcionários (principalmente, aos que diariamente me sorriem no bar e que conhecem a forma como bebo o café). Um enorme obrigado às alunas de Mestrado Integrado em Psicologia, fundamentais para este trabalho e para a alegria do processo (um beijinho especial para a Carmo Coutinho e a Catarina Martins, vocês sobem o nível dos nossos projectos com o vosso exemplo de trabalho, paixão e carácter). Por várias mãos que, comigo, labutaram a transcrever entrevistas, a vossa colaboração foi fundamental, obrigada.

Uma palavra também de apreço aos professores que, na FPCE.UP, me motivaram a dar continuidade à minha tese de Mestrado Integrado e reconheceram o potencial deste projecto.

A word of gratitude to the researchers, teachers and dreamers that I met in Milan, specifically in the *Centro di Ateneo Studi e Ricerche sulla Famiglia*, which shared their projects, programs and knowledge.

À Susana Costa Ramalho, peça que faltava no meu puzzle doutoral, trouxeste um novo sentido e *wholeness* que desejava tanto e que superaste por mil vezes. Obrigada, minha querida, pela partilha no doutoramento mas principalmente pela amizade, carinho e luz.

Rita F. e Ana Prioste, há tanta gente importante nestas jornadas, vocês sabem, há os colegas, amigos, mestres, família... mas depois há vocês as duas. Teria de falar de tudo da vida para abarcar as dimensões em que me enriqueceram e apoiaram (do café e de Freud, dos *softwares* de análise de dados e do amor, dos desabafos e das competências profissionais, da sistêmica e dos serões, do passado e dos moinhos...), e isso é impossível. Por isso a ambas, obrigada, e na vida quotidiana, real e bonita, espero-vos mostrar a gratidão que sinto.

Aos meus amigos que carregaram fardos e partilharam vitórias, um abraço cheio de amor... Ana Rute, Júnia e Pedro, Miriam e Tiago, (todos vós mereciam palavras que não cabem aqui), família da Ponte (queridos Oikos), Filipe e Cláudia, entre muitos outros que de formas diversas em fases distintas, contribuíram com mensagens, carinho, fé, apoio, amizade.

À minha família, a gratidão que sinto não cabe nestas palavras. Em vós, tenho um tesouro inesgotável de apoio, amor, fé, coragem, humildade, sabedoria, segurança, alegria, força, desafio e refúgio. Pai e mãe, mana e mano, cunhadinhos, Ra e Carol, Dédé e Lia, como vos amo, que milagre é a família! À minha família mais recente, queridos Monteiros, um obrigado especial pelo carinho e segurança que me oferecem.

Ao Marco, meu amor e meu lar, a nossa história está tão ligada a esta tese que falar dela é também falar de nós e falar de nós é também falar dela. Que ambivalências, lutas, vales, tempestades vivemos, mas também que lealdade, carinho, amor, e esperança recebi de ti neste percurso...! E sempre, encontrei no teu abraço o meu lugar preferido. Conseguimos, obrigada, te amo.

A Ti, tenho muito que compreender nesta jornada que fizemos, mas a Ti devo tudo e a Ti entrego tudo. Se mais não fosse, ao reler esta lista, vejo a Tua graça e generosidade de pontuares a minha vida de amor e riqueza, além do que podia pedir ou imaginar.

*Why do we create? We create because we were blessed with an idea to bless others.*

Àquele que abençoa.

O trabalho de investigação conducente a esta dissertação foi co-financiado por fundos nacionais do Ministério da Ciência e Ensino Superior e pelo Fundo Social Europeu, no Quadro de Referência Estratégico Nacional (QREN, 2007 -2013) – Programa Operacional Potencial Humano (POPH), através da Bolsa de Doutoramento com a referência SFRH / BD / 63193 / 2009, concedida pela Fundação para a Ciência e a Tecnologia.





## Declaração

De acordo com o artigo 41º do Regulamento de Estudos Pós-Graduados da Universidade de Lisboa, aprovado pela Deliberação da Reitoria nº 1506/2006, esta dissertação engloba artigos científicos submetidos para publicação em livro e revistas internacionais, em colaboração com outros autores. A autora declara que foi responsável pela recolha de dados, análise e interpretação dos resultados, assim como pela redacção, submissão e revisão dos manuscritos dos artigos enviados para publicação.

Ana Lúcia Pires Pego Monteiro

Julho de 2014



## Resumo

Construir uma relação de casal significativa, íntima e duradoira é um desejo intemporal e sem fronteiras espaciais. Especificamente na cultura ocidental, é na faixa etária do jovem adulto que se desenham mais concretamente os contornos das decisões e desenvolvimentos relacionais, edificando os casais as bases da sua relação conjugal, com significativo impacto futuro para a estabilidade e qualidade da nova família (e.g., Arnett, 2001; Collins & Dulmen, 2005). A centralidade das tarefas inerentes à transição para a conjugalidade, acrescidas dos desafios que uma sociedade em grande mudança traz para o casal, tem conduzido a um foco muito intenso de investigação neste domínio, com centenas de estudos sobre variáveis relevantes na relação conjugal, sejam mais pessoais, relacionais ou contextuais, e a um investimento significativo de académicos, intervenientes clínicos e comunitários e mesmo autoridades civis em intervenções preventivas e promotoras da satisfação e qualidade conjugais (Halford, 2011).

Uma intervenção psico-educativa que tem reunido muito consenso, quer em contextos governamentais, quer académicos, é a Educação Pré-Conjugal (EPC), uma modalidade de educação relacional de prevenção universal para casais que pretendem assumir um compromisso formal. Os objectivos gerais da EPC são: (i) diminuir a bem documentada erosão da satisfação conjugal que ocorre nos primeiros anos de casamento e reduzir a taxa de divórcio, incidindo nos factores de risco conhecidos, diminuindo o seu impacto, e (ii) promover a satisfação e qualidade conjugal, pela acção nos factores protectores (e.g., Carrol & Doherty, 2003; Laurenceau, Stanley, Olmos-Gallo, Baucom, & Markman, 2004). Esta intervenção tem sido desenvolvida e investigada em vários países ocidentais, e aplicada em contextos variados, mas não é conhecido qualquer projecto de EPC em Portugal, exceptuando o trabalho realizado por organizações religiosas. Consideramos ser este um projecto inovador e muito promissor para uma aplicação em Portugal, cujo início, defendemos, juntamente com outros autores (Adler-Baeder et al., 2004; Morris & Carter, 1999; Storaasli & Markman, 1990; Williams, Riley, Risch, & Van Dyke, 1999), deve 1. estar bem fundamentado no conhecimento dos programas já desenvolvidos e estudados à volta do mundo, 2. estar alicerçado teórica e empiricamente na extensa investigação internacional sobre a formação do casal, e 3. igualmente no conhecimento das realidades nacionais.

A presente tese pretende fazer isso mesmo: servir de base teórica e empírica para o desenvolvimento de um projecto de intervenção com casais na transição para a conjugalidade, que seja preventivo e universal. Para tal, procura combinar as três dimensões referidas, revendo a investigação no domínio da conjugalidade e de intervenção na mesma, apresentando os resultados dos estudos empíricos desenvolvidos no corrente trabalho com jovens portugueses, e

integrando a discussão de ambos e suas implicações orientadas por modelos eco-sistémicos e segundo as directrizes das melhores práticas de desenvolvimento de programas preventivos. Com um cariz maioritariamente qualitativo e exploratório, são apresentados sete artigos científicos, seis deles referentes a estudos empíricos com a população portuguesa. Estes são fruto de metodologias diversas, incluindo o formato de *focus groups*, a aplicação de questionários e a realização de entrevistas diádicas a casais.

O primeiro artigo, teórico, serve de ponto de partida para a aplicação dos modelos eco-sistémicos no desenho de um programa de intervenção pré-conjugal. O estudo seguinte recorre à metodologia qualitativa de *focus groups*, e explora as atitudes e concepções dos jovens face às opções de coabitação e casamento. O terceiro e quartos artigos são estudos quantitativos e apresentam a adaptação e validação de dois instrumentos para a população portuguesa, no sentido de integrarem o protocolo de avaliação do programa. Destes estudos de validação, o primeiro contempla as atitudes face ao casamento e confirma a tendência verificada noutros países ocidentais de secularização da transição e de articulação com outras variáveis, como o divórcio parental. O segundo estudo de validação apresenta a adaptação da Escala de Compromisso Pessoal, salientando a pertinência desta variável na compreensão do desenvolvimento relacional e alerta-nos para a diferenciação entre diferentes estatutos relacionais, especificamente a associação de menores níveis de compromisso em uniões de facto face ao casamento, mesmo controlando o tempo de relação. Seguem-se três estudos qualitativos – aqui designados por quinto, sexto e sétimos artigos –, resultantes de entrevistas diádicas a casais. Os quinto e sexto artigos referem-se a vinte jovens casais de namorados que partilham, primeiramente, as suas percepções sobre os temas que consideram relevantes na relação conjugal, como a comunicação e o equilíbrio entre “o eu, o tu e o nós”, e sobre as suas forças (e.g., partilha, amizade, afecto), e, em segundo lugar, reflectem sobre a influência percebida e antecipada de dimensões contextuais na sua relação amorosa, destacando-se atitudes ambivalentes face a técnicos da área de psicologia e a percepção do impacto negativo do contexto económico e político (CEP) actual. O último artigo foca especificamente a transição para a conjugalidade e explora as vivências de dez casais recém- coabitantes ou casados, face aos desafios e alegrias dos primeiros tempos de vivência conjunta. Destaca-se a transversalidade da dimensão de usufruir da relação e de três tensões a ela associadas, especificamente o desafio da falta de tempo para o casal, fruto das exigências do trabalho e das tarefas domésticas, a alegria de uma intimidade reforçada mas o confronto diário com as diferenças mútuas e as necessidades individuais, e, por último, o prazer de uma autonomia e identidade de casal e a articulação com a família de origem e dificuldades na antecipação do futuro relacional.

O capítulo final discute as implicações gerais dos resultados dos estudos realizados para o desenvolvimento de um programa de EPC, na sua integração com a literatura revista inicialmente. Desde logo, estes alertam-nos para a diversidade de experiências relacionais e atitudes face à transição para a conjugalidade, desafiando-nos a alargar a população-alvo do programa de EPC, e a ter em consideração a existência de discursos que reflectem riscos relacionais possíveis. Também as atitudes algo negativas face aos técnicos da família e casal, ligadas a questões culturais do país, levam-nos a reflectir sobre os cuidados e intensidade necessários para a divulgação do programa (e.g., enfatizando a dimensão não-clínica do mesmo), componente que poderá, adicionalmente, usufruir da inclusão de alguns temas emergentes das entrevistas com os jovens casais. Estes temas, em articulação com a abordagem teórica ecossistémica descrita no primeiro estudo, conduzem-nos igualmente a propor diferentes instrumentos dos normalmente incluídos nos protocolos de avaliação destes programas (ou que, pelo menos, não costumam ser combinados no mesmo projecto), assim como uma metodologia mista de avaliação, e a desenvolver um currículo mais holístico e coerente que aborde variáveis individuais, relacionais e contextuais. Algumas temáticas coadunam-se certamente com o que os programas existentes já abrangem, como a comunicação, o conflito e o compromisso, mas os estudos realizados permitem-nos avançar com domínios menos explorados, dos quais destacamos: o papel da família de origem, considerando os equilíbrios entre a generosidade do apoio inter-geracional, os laços e os limites; a influência do CEP e da precaridade e exigências laborais; a dificuldade da gestão do tempo e outras dimensões práticas da vida quotidiana; a centralidade dos afectos, da sexualidade e do apoio mútuo; a necessidade de protecção dos tempos de prazer a dois, no usufruto da criação de uma nova identidade mas na valorização da individualidade e riqueza da diferença; e a relevância das histórias de casal e dos seus valores e projectos de futuro. Algumas considerações são também feitas no que concerne à estrutura e equipa do programa, privilegiando-se as dimensões de flexibilidade, criatividade e colaboração.

Por fim, é apresentado o projecto, *Casa(l) em Construção*, um programa semi-estruturado de apoio a casais na transição para a conjugalidade, e são sugeridos caminhos futuros, de melhoramento e crescimento da investigação e intervenção, nesta área tão fulcral da experiência humana, que é o desenvolvimento de relacionamentos conjugais íntimos e duradouros.



## Abstract

To build an intimate and lasting couple relationship is a timeless and universal desire. The centrality of the transition to marital life and the challenges that a changing society bring to the couple has led to an intense focus of research in this field, with hundreds of studies on marital processes and on marriage and relationship prevention programs (Halford, 2011), such as premarital education, a universal prevention modality designed to support couples desiring a formal commitment, such as marriage.

As an innovative and promising modality, we wish to promote its beginnings in our country, by reviewing theory and empirical studies regarding the transition to marital life and existing programs and by presenting the results of the empirical studies developed with Portuguese young adults. An ecosystemic framework and best practices in the prevention field guide the integration of both dimensions. With a qualitative and exploratory approach, seven scientific articles are presented, with different methodological strategies – focus groups, questionnaires, and dyadic interviews –, and with both dating and newly-wed/cohabitating young adults.

The results highlight several dimensions that are central to young couples' relational experiences, which are consistent with existing research but also call our attention to others less frequently explored, such as the role of the social and political context and the insecurity derived from precarious jobs, but also the intergenerational support within families, the centrality of affection and sexuality, the need to protect pleasurable moments and the richness of developing a new identity as a couple, combining a past story with a common future project. As a result of the transversal reflections and studies developed, we present a semi-structured program, *Couple in Construction*, to support couples in the transition to marital life, hoping to contribute to such a fundamental domain of human experience, i.e., the development of intimate and lasting marital relationships.





## Índice Geral

|   |            |
|---|------------|
| Índice de Quadros .....   | xvii       |
| Índice de Figuras.....  | xviii      |
| Contextualização da dissertação.....  | 1          |
| <b>Capítulo I. Enquadramento Geral .....</b>  | <b>3</b>   |
| Conjugalidade.....  | 5          |
| Os desafios de uma sociedade em mudança .....   | 6          |
| Transição para a conjugalidade: Ciclo vital da família .....  | 9          |
| Investigação sobre casais pré-maritais e recém-casados .....  | 11         |
| Intervenções de educação relacional e pré-conjugal.....   | 16         |
| Contextualização dos programas pré-conjugais .....  | 17         |
| Caracterização dos programas de EPC.....  | 20         |
| Limitações na investigação e alternativas.....  | 26         |
| Limitações e boas práticas para o futuro .....  | 27         |
| Desenho de programas de prevenção .....   | 29         |
| Conceptualização metodológica da investigação .....   | 32         |
| Desenho da Investigação.....  | 32         |
| Estrutura da Dissertação .....  | 38         |
| <b>Capítulo II. Enquadramento Teórico das Intervenções Pré-Conjugais.....</b>   | <b>39</b>  |
| Artigo 1: Designing a premarital intervention project from a family systems approach.....                               | 41         |
| <b>Capítulo III. Trajectórias relacionais amorosas e adaptação de instrumentos.....</b>                                 | <b>65</b>  |
| Artigo 2: Casamento e coabitação: Antecipação de percursos conjugais de jovens portugueses numa relação de namoro ..... | 67         |
| Artigo 3: Atitudes face ao casamento de jovens adultos numa relação amorosa.....  | 69         |
| Artigo 4: Compromisso em diferentes estatutos relacionais: Estudo de validação da Escala de Compromisso Pessoal .....   | 89         |
| <b>Capítulo IV. Caracterização da população e avaliação de necessidades e recursos .....</b>                            | <b>131</b> |

|   |            |
|---|------------|
| Artigo 5: Anticipated marital needs and strengths of dating couples: Qualitative contributions for the development of relationship and marriage education programs.....                     | 133        |
| Artigo 6: Contextual challenges and resources of young adult dating couples .....   | 135        |
| Artigo 7: Couple in progress: Joys and challenges of the beginning of the family life cycle.....  | 161        |
| <b>Capítulo V. Discussão integrada .....</b>  | <b>213</b> |
| Integração dos principais resultados .....  | 215        |
| População alvo .....  | 215        |
| Recrutamento e divulgação .....   | 218        |
| Avaliação .....   | 219        |
| Temas e actividades .....   | 223        |
| Metodologias, estratégias e equipa de intervenção.....  | 235        |
| Síntese: Casa(l) em Construção .....  | 237        |
| Reflexão crítica e caminhos futuros.....  | 240        |
| Reflexões finais.....   | 243        |
| <b>Referências Bibliográficas .....</b>   | <b>247</b> |
| <b>Apêndices</b>  |            |
| Apêndice A. Proposta de intervenção na transição para a conjugalidade, Casa(l) em Construção  |            |
| Apêndice B. Protocolo de investigação para jovens solteiros/ namorados  |            |
| Apêndice C. Guião da entrevista com Focus Groups (Artigo 2)   |            |
| Apêndice D. Sistema hierárquico de categorias do estudo, “Casamento e coabitação: Antecipação de percursos conjugais de jovens portugueses numa relação de namoro” (export NVivo; Artigo 2) |            |
| Apêndice E. Guião da entrevista a casais de namorados   |            |
| Apêndice F. Sistema hierárquico de categorias do estudo, “Anticipated marital needs and strengths of dating couples” (export NVivo; Artigo 5)   |            |
| Apêndice G. Sistema hierárquico de categorias do estudo, “Contextual challenges and resources of young adult dating couples (export NVivo; Artigo 6)  |            |
| Apêndice H. Guião da entrevista a casais recém-casados/coabitantes  |            |
| Apêndice I. Sistema hierárquico de categorias do estudo, “Couple in Progress” (export NVivo; Artigo 7)  |            |

**Apêndices (formato CD-Rom)**

Apêndice 1: Exemplos de codificação: Referências incluídas no tema “Motivos\Coabitação”, nas categorias “Externos” e “Não decisão” (Artigo 2)

Apêndice 2: Exemplos de codificação: Referências incluídas no tema “Temas\Equilíbrio Eu Tu Nós”, na categoria “Individualidade” e no tema “Forças\Intimidade”, na categoria “Demonstrações de amor” (Artigo 5)

Apêndice 3: Exemplos de codificação: Referências incluídas no tema “Contextual Dimensions”, na categoria “Economic Political Context” (Artigo 6)

Apêndice 4: Exemplos de codificação: Referências incluídas no tema “Alegrias e desafios da transição para a conjugalidade\Eixo 2 Intimidade e o Eu”, na categoria “Alegrias da intimidade e cuidado mútuo”, e no tema “Alegrias e desafios da transição para a conjugalidade\Eixo 1 Tempo Tarefas Gestão\Desafios das exigências do dia-a-dia\TD e Trabalho implicam falta de usufruir relação”, na categoria “Intersecção W e TD dificulta horários e rotinas” (Artigo 7)

Apêndice 5: Node report, “Couple in Progress” (export NVivo; Artigo 7)

## Índice de Quadros

### Capítulo I. Enquadramento Geral

Quadro 1. Esquema síntese dos estudos empíricos ..... 33

#### Artigo 1: Designing a Premarital Intervention Project from a Family Systems Approach

Table 1. Orienting questions and goals for a premarital prevention program ..... 52

#### Artigo 2: Casamento e coabitação

Quadro 1. Relação entre as atitudes face ao casamento e coabitação e os motivos externos, internos e não-decisão (número de referências) ..... 75

#### Artigo 3: Atitudes face ao Casamento de Jovens Adultos numa Relação Amorosa

Quadro 1. Resumo das estatísticas descritivas e *loadings* dos 23 itens da escala de AFC, com o método *Principal Axis Factoring*, rotação oblíqua *Direct Oblim* ( $N = 558$ ) ..... 94

Quadro 2. Comparação de médias de variáveis socio-demográficas e relacionais, com recurso aos testes t de *Student* e ANOVA *one way* ..... 96

#### Artigo 4: Compromisso em diferentes estatutos relacionais

Quadro 1. Estatísticas descritivas das variáveis sociodemográficas dos participantes por estatutos relacionais ( $N = 924$ ) ..... 116

Quadro 2. Resumo das estatísticas descritivas e *loadings* dos 14 itens da ECP, com o método *Principal Axis Factoring*, rotação oblíqua *Direct Oblimin* ( $N = 924$ ) ..... 117

Quadro 3. Estatísticas descritivas da ECP total e relativas ao estatuto relacional e sexo ..... 118

#### Artigo 5: Anticipated marital needs and strengths of dating couples

Table 1. Overarching themes and subcategories ordered by total of couples, regarding Q1..... 140

Table 2. Overarching themes and subcategories ordered by total of couples, regarding Q1..... 144

#### Artigo 6: Contextual Challenges and Resources of Young Adult Dating Couples

Table 1. Contextual dimensions and their perceived impact on the couple, ordered by number of couples (in brackets) ..... 168

### Capítulo V. Discussão integrada

Quadro 1. Esquema síntese das sessões do programa, *Casa(l) em Construção* ..... 237

## Índice de Figuras

### **Capítulo I. Enquadramento Geral**

Figura 1. Modelo organizador do desenvolvimento de um projecto de promoção relacional na transição para a conjugalidade ..... 30

Figura 2. Esquema integrador das dimensões centrais dos estudos da dissertação ..... 31

### **Artigo 2: Casamento e coabitação**

Figura 1. Síntese das categorias dos Motivos para Casar e Coabitar..... 74

### **Artigo 6: Contextual Challenges and Resources of Young Adult Dating Couples**

Figure 1. Couple Resource Map, reprinted with permission by Murray & Murray Jr. (2004) ..... 164

### **Artigo 7: Couple in progress: Joys and challenges of the beginning of the family life cycle**

Figure 1. Tridimensional model of the tensions involved in becoming a couple ..... 195



## Contextualização da dissertação

A presente dissertação surge na convergência de diversos passos e contextos. Sonhada na sequência da tese de Mestrado Integrado em Psicologia da autora (FPCE.UP), a aceitação desta no primeiro programa de Doutoramento Inter-Universitário em Psicologia da Família e Intervenção Familiar permitiu o desenvolvimento desta tese, com vista a contribuir de forma mais efectiva para a divulgação e concretização das intervenções preventivas com casais, especificamente na transição para a conjugalidade, ao mesmo tempo que procura enriquecer a disciplina científica em que se insere.

Adicionalmente, além do trabalho passado, esta tese é fruto de uma articulação próxima com as investigações desenvolvidas no âmbito dos Mestrados Integrados da Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, com o núcleo de Psicologia Clínica Sistémica e o Serviço à Comunidade da mesma faculdade (ao qual se destina o programa proposto), e com outro projecto doutoral, com partilhas de sonhos mais alargados, na área da investigação e intervenção na conjugalidade. Por estas razões, embora se pretenda apresentar um trabalho integral, ele é apenas uma parte do conhecimento que tem sido adquirido e uma peça de um dinâmico puzzle em evolução.





## **Capítulo I. Enquadramento Geral**



## Conjugalidade

Construir uma relação significativa, íntima e duradoura é um desejo intemporal e sem fronteiras espaciais. Com diferentes expressões, autonomia, e variabilidade etária, jovens de todo o mundo imaginam possíveis percursos e cenários familiares, sendo o casamento a experiência conjugal mais comum (Halford & Snyder, 2012; Relvas, 2006). De facto, a maioria das pessoas solteiras, independentemente do país e da cultura, afirma o desejo de se vir a casar um dia, percebendo o casamento como algo valoroso e como um investimento a longo prazo (Markman & Halford, 2005). Segundo as Nações Unidas (2013), estima-se que mais de 85% das pessoas na Europa com a idade de 50 anos casaram pelo menos uma vez e em Portugal, se se incluir uniões civis, o número ultrapassa os 90%. Assim, unido pelo casamento ou em união de facto, o casal continua a ser a base familiar abraçada pela maioria da população (Observatório, 2013).

As atitudes e expectativas face a essas mesmas uniões têm, contudo, sofrido grandes mudanças. Nos países ocidentais, o casamento, antes visto como uma parceria baseada em obrigações familiares e comunitárias, é actualmente assumido como uma vivência privada, tecida em laços de amor e companheirismo, e enquadrada pela satisfação mútua dos cônjuges (Larson & Halford, 2011). A definição relacional parece assim remetida principalmente para o foro individual, havendo mais liberdade quer para experimentar diversas alternativas conjugais, quer para sair da relação (até por motivos de maior aceitação social e, especialmente, maior autonomia financeira das mulheres), se esta se mostrar insatisfatória (Cherlin, 2004; Larson & Halford, 2011).

Especificamente na cultura ocidental, é na faixa etária do jovem adulto que se desenham mais concretamente os contornos – afectivos, cognitivos, comportamentais, das decisões e desenvolvimento relacionais (Arnett, 2001; Collins & van Dulmen, 2006), contornos esses com significativo impacto futuro, quer para o desenvolvimento do indivíduo em si, quer para a construção de futuros relacionamentos conjugais de qualidade (Clements, Stanley, & Markman, 2004; Holman, 2001). De facto, a investigação tem mostrado que diversas variáveis relacionais, pessoais e contextuais presentes quer ao longo do namoro, quer no início do casamento, têm valor preditivo da satisfação, estabilidade e qualidade relacional futura, levando a um aumento de estudos destas fases iniciais do casal e ao desenvolvimento de intervenções capazes de agir preventivamente nos riscos e variáveis protectoras identificadas (Carrère, Buehlman, Gottman, Coan, & Ruckstuhl, 2000; John M. Gottman & Silver, 1999; Halford, 2011; Holman, 2001).

No entanto, em Portugal, se alguns estudos têm sido desenvolvidos na área da conjugalidade (e.g, Ferreira, Narciso, & Novo, 2013; Narciso & Costa, 2002; Narciso & Ribeiro, 2009; Ribeiro, 2005) e da (intervenção na) parentalidade (e.g., Cruz & Pinho, 2006; Gaspar & Seabra-Santos, 2010), no que respeita à área do jovem adulto e das suas relações amorosas, a investigação tem-se focado maioritariamente na dimensão da violência no namoro e no desenvolvimento de intervenções centradas em comportamentos desviantes (Machado, Matos, & Moreira, 2003; M. Matos, Machado, Caridade, & Silva, 2006; Saavedra, Martins, & Machado, 2013), havendo um hiato profundo de estudos sobre os percursos e vivências normativas, positivas e saudáveis dos relacionamentos amorosos dos jovens adultos e da fase específica do início da construção do casal. O presente trabalho pretende, assim, visitar os relacionamentos amorosos dos jovens portugueses, nas suas vivências relacionais normativas, reflectindo sobre as suas atitudes e experiências de conjugalidade, nesta sociedade desafiante que é a de hoje, e oferecer, como proposta de acção preventiva, uma intervenção na transição para a mesma de Educação Pré-Conjugal (EPC), orientada por um modelo eco-sistémico do desenvolvimento humano (Bertalanffy, 1968; Bronfenbrenner, 1986)<sup>1</sup>.

### **Os desafios de uma sociedade em mudança**

Se até recentemente era relativamente simples identificar uma sequência tradicional de namoro-noivado-casamento, pautada por metanarrativas orientadoras fortes, actualmente, na nossa sociedade, os jovens experienciam diferentes trajectórias relacionais, que são expressão de uma multiplicidade de significados (Kalmijn, 2007; Manning & Smock, 2002). Ser casal pode-se traduzir em diversas vivências relacionais, com um progressivo atrasar da idade do casamento<sup>2</sup> e com os números de coabitações e uniões de facto a aumentar face aos casamentos (INE, 2013; Kalmijn, 2007), mesmo que com alguma variabilidade regional. Por exemplo, enquanto em Itália os jovens continuam a sair de casa dos pais principalmente para casar (Rusconi, 2004), na Suécia, a coabitação antes do casamento é já uma norma, que muitas vezes exclui o casamento (Duvander, 1999). Em Portugal, as estatísticas afastam o país das características tradicionalmente atribuídas aos países da Europa do Sul e aproximam-no das caracterizações sociodemográficas dos países centrais, sendo os jovens os grandes percursos das mudanças verificadas (Observatório, 2013). A taxa de casamentos tem diminuído, especialmente as cerimónias religiosas que em 2001 representavam 62,5% dos casamentos, face a 38% em 2012. Neste ano, segundo o INE (2013), em cerca de 50% dos casamentos

---

<sup>1</sup> Para uma abordagem aprofundada deste modelo, e sua aplicação à intervenção, ver o Artigo 1.

<sup>2</sup> Segundo o INE (2013), em 2012 a idade média da mulher ao primeiro casamento era de 29,9 anos e a do homem de 31,4.

realizados, os casais já viviam juntos. Na Grande Lisboa, esse número atingiu os 61,5%, sinalizando, como afirmado pelo Observatório da Família e das Políticas da Família (2013), o “declínio do casamento como momento institucional de transição no percurso de vida” (p. 7).

Estes dados sociodemográficos traduzem assim distintos caminhos de construção do casal, que contêm em si diferentes motivos e atitudes relativos ao casamento e coabitação, e têm implicações distintas na qualidade, satisfação e estabilidade relacional (Kalmijn, 2007; Manning & Smock, 2002; Skinner, Bahr, Crane, & Call, 2002; Stanley & Rhoades, 2009). Em relação à coabitação, alguns estudos salientam primeiramente razões pragmáticas, como passar mais tempo juntos e aliviar pressões económicas (Lindsay, 2000; Rhoades, Stanley, & Markman, 2009a). Regan (2008) acrescenta a função de ‘fase de teste’ para avaliar a compatibilidade, antes de um passo mais formal, e Stanley e colaboradores (2006) destacam ainda o fenómeno de ‘deslize’<sup>3</sup> na transição para a coabitação, marcada por um desenrolar relacional pouco intencional ou reflectido, e que pode traduzir uma trajectória de risco para o futuro relacional, contrastando com o que normalmente sucede na transição para o casamento, em que há uma decisão<sup>4</sup> deliberada do casal. De facto, a dimensão do compromisso tem sido bastante associada à investigação das trajectórias conjugais, como variável central para a compreensão dos riscos de vivências ambíguas ou ambivalentes em oposição a relações mutuamente assumidas e seguras (Stanley, Rhoades, & Fincham, 2011). Quanto ao casamento, os motivos parecem estar mais associados a factores emocionais, como o amor e companheirismo, ao desenvolvimento de um projecto de família e a normas culturais (Relationships Australia Inc., 2008; Relvas, 2006). Em Portugal, à excepção dos dados sociodemográficos disponíveis e de referências pontuais ao tema em estudos mais alargados (Silva, 2012), não existe, no nosso conhecimento, investigação sobre como vêm os jovens portugueses as duas alternativas e que motivos atribuem a cada uma.<sup>5</sup>

Os estudos relativos aos *outcomes* relacionais de cada trajectória mostram resultados complexos, com um sólido grupo de estudos a avançarem que os casais casados têm maiores níveis de satisfação e qualidade relacional que os coabitantes (e.g., Rhoades, Stanley, & Markman, 2009b; Skinner et al., 2002), enquanto outros identificam variáveis mais positivas nos casais coabitantes, como coesão e cooperação (Hsueh, Morrison, & Doss, 2009; Moore, McCabe, & Brink, 2001). Adicionalmente, a investigação tem mostrado que ser casado está

---

<sup>3</sup> *Sliding*, no texto original.

<sup>4</sup> *Deciding*, no texto original.

<sup>5</sup> Para uma revisão mais aprofundada das atitudes e motivos relativos à coabitação e casamento, e uma reflexão sobre o papel do compromisso nas relações amorosas, ver os Artigos 2 a 4.

associado a um melhor estado de saúde do que ser solteiro ou separado, assim como a um melhor desempenho das responsabilidades parentais e mesmo das tarefas laborais (Pihet, Bodenmann, Cina, Widmer, & Shantinath, 2007). Os benefícios estendem-se aos filhos do casal, que apresentam vantagens em muitas dimensões quando são criados por ambos os pais, na mesma casa (Larson & Halford, 2011). No entanto, estes benefícios verificam-se apenas quando o relacionamento é positivamente avaliado por ambos os elementos do casal, alertando-se para as consequências nefastas dum casamento insatisfatório e conflituoso (Pihet et al., 2007).

Não obstante a discussão gerada por este tema, a literatura parece contrariar as expectativas dos casais que actualmente defendem a opção pela coabitação como um método eficaz de garantir uma melhor transição para o casamento, ao verificarem que a percentagem de divórcio é superior quando há coabitação prévia, em comparação com a situação de ausência de coabitação ou coabitação já enquadrada dentro do noivado (Rhoades, Stanley, & Markman, 2006; Rhoades et al., 2009b; Skinner et al., 2002; Stanley, Rhoades, et al., 2006). Adicionalmente, diversos estudos têm verificado que as relações de coabitação têm uma maior taxa de dissolução, mesmo quando há filhos do casal (Cherlin, 2010). Mas também no casamento a dissolução relacional tem aumentado, fazendo parte das histórias familiares de muitos. Embora a maioria dos casais inicie esta fase com elevados níveis de satisfação, a investigação tem verificado que a satisfação conjugal se deteriora de uma forma quase linear ao longo dos primeiros cinco anos de casamento e cerca de um terço dos divórcios ocorre neste período (Pihet et al., 2007). De facto, nos países ocidentais, o divórcio atinge cada vez mais casais. A taxa de divórcio situa-se em cerca de 50% nos EUA (Pihet, Bodenmann, Cina, Wildmer, & Shantinath, 2007) e entre 30% a 60% na Europa (Eurostat, 2007), sendo que a taxa aumenta ainda mais quando se fala em recasamentos – estima-se que 65% terminarão em divórcio (Markman et al., 2006). Em Portugal, tem-se verificado um aumento acentuado da taxa de divórcio nos últimos anos, com cerca de 48 divórcios por 100 casamentos. De facto, desde o ano 2000 que Portugal é o país da Europa do Sul com a taxa de divórcio mais alta, situando-se sempre acima da média europeia (Observatório, 2013).

O direito ao divórcio foi, sem dúvida, uma conquista da sociedade moderna, e quer numa relação de casamento, quer numa coabitação, a liberdade de terminar uma relação insatisfatória ou danosa deve ser afirmada. Contudo, por um lado, diversos estudos têm salientado o impacto negativo que tais separações envolvem, não só para o casal em si, mas para os filhos e outros significativos, para as suas comunidades e mesmo a nível nacional (Halford, 2011; Pihet et al., 2007; Stanley, 2001). Por outro lado, uma grande proporção de casais que experienciam crises e fases de insatisfação conjugal, encontram no investimento activo na relação e na procura de ajuda externa, soluções que lhes permitem ultrapassar as

mesmas e vivenciar renovação e restauração relacional (Halford, 2011). Os custos emocionais, e mesmo económicos, resultantes da insatisfação conjugal e do divórcio, associados aos benefícios duma relação satisfatória para ambos os elementos do casal, são de tal ordem que autoridades em vários países ocidentais têm procurado soluções para minimizar os primeiros e fomentar os segundos, quer ao nível jurídico, quer ao nível da promoção de diversas intervenções psico-sociais (Carroll & Doherty, 2003; Pihet et al., 2007).

É de notar, ainda, que a taxa de recasamentos<sup>6</sup> parece sugerir que o divórcio não se traduz numa descrença total na instituição civil do casamento, e muito menos as pessoas deixam de procurar relacionamentos comprometidos de longa duração (Kalmijn, 2007; Lauer & Yodanis, 2010). Parece, sim, indicar, como afirmam Narciso e Ribeiro (2009), “o insucesso de mulheres e homens em fazer corresponder o casamento às expectativas que tinham” (p.46). O sucesso da formação do casal parece, assim, hoje em dia, mais difícil de alcançar e manter, quando tantas mudanças acontecem ao nível dos papéis de género, da educação, dos valores e das expectativas nas relações, atravessadas e pontuadas por um contexto de crise económica e precaridade laboral que afecta com intensidade os jovens (McGoldrick & Shibusawa, 2012; Narciso & Ribeiro, 2009; Observatório das Famílias e das Políticas de Família, 2013). Neste sentido, um relatório propriedade do Estado da Austrália (1998), termina assim o seu prefácio:

“Nas últimas duas décadas, (...) muito tempo e muitos relatórios têm sido gastos sobre separação, divórcio e lei da família. É tempo de renovar a nossa atenção para as causas da satisfação e insatisfação conjugal, e de promover programas de educação preventiva.” (p. iii)

A contínua centralidade da relação de casal, aliada aos seus complexos desafios e aos custos da insatisfação e dissolução conjugal têm impulsionado, de facto, em diversos países, o desenvolvimento de centenas de estudos e esforços de prevenção junto de casais pré-maritais e recém-maritais.

### **Transição para a conjugalidade: Ciclo vital da família<sup>7</sup>**

Os modelos que desde sempre devotaram especial atenção ao desenvolvimento e centralidade da relação conjugal prendem-se com o estudo do ciclo vital da família, fruto do trabalho clássico de clínicos sistémicos e reflexões sociológicas (e.g., Andolfi, Angelo, & Saccu, 1995; Carter & McGoldrick, 1988; Duvall, 1962; Duvall & Miller, 1985; Minuchin, 1974; Relvas, 2006). Alguns dos modelos divergem nas suas conceptualizações da formação do casal,

---

<sup>6</sup> Segundo o INE, em Portugal, no ano de 2012, cerca de 27% do total de casamentos foi de segunda ordem ou superior.

<sup>7</sup> Para uma revisão mais aprofundada desta temática, ver o Artigo 7.

colocando maior ou menor ênfase na sua centralidade. Mas, tal como afirma Relvas (2006), entendemos ser o casal basilar e transversal a todas as fases da vida familiar: esta começa com o casal em construção, e não havendo dissolução, terminará com o casal novamente, no final da vida, sendo o casal o elemento que une toda a cadeia transgeracional, ligando as famílias que o originaram e gerando ele mesmo novas famílias.

Ora, a transição para a conjugalidade, não obstante já não ser tão marcada por rituais para muitos casais (*e.g.*, uma cerimónia religiosa), implica, ainda assim, grandes desafios, ao mesmo tempo que os casais continuam a resistir a olhar para os mitos e expectativas pouco adaptativas que têm em relação ao casamento e coabitação, que mais tarde emergirão na forma de problemas previsíveis (Costa, 2005; Narciso & Ribeiro, 2009). Talvez a ausência destes rituais aumente ainda mais a já difícil tarefa de definição da relação; se não, veja-se a importância dada pela investigação aos rituais (K. Campbell & Ponzetti, 2007; Kalmijn, 2004; Pearson, Child, & Carmon, 2010). De facto, esta transição, usualmente percebida como a menos complicada e mais alegre, implica mudanças desenvolvimentais em cada elemento, na relação entre os dois e na relação entre eles e os vários sistemas em que estão envolvidos, desde a família de origem e amigos, ao trabalho, à comunidade circundante e à sociedade em geral (Carter & McGoldrick, 1988; McGoldrick & Shibusawa, 2012; Morris & Carter, 1999; Relvas, 2006). A formação do casal é, em si, a complexa criação de um novo sistema, em que, como diz Philippe Caillè (1991), um mais um são três: cada um dos elementos do casal e a nova entidade, um novo modelo mental organizador de significados e sentidos, que bebe de cada história individual mas que também transforma essa mesma história (Relvas, 2006). Como afirmava Erikson (1962; in Cowan & Cowan, 2003), na sua formulação do desenvolvimento individual, a mudança desenvolvimental, mesmo que esperada, implica uma crise, no sentido mais completo da palavra, onde cabem o risco e novas oportunidades. Embora nem todos os casais vivam a entrada no casamento com tensão e *stress*, esta significa, sem dúvida para muitos, uma adaptação que implica um agravamento do risco de problemas relacionais. É, assim, um momento oportuno para a educação relacional, visto que os casais são confrontados com desafios significativos para o desenvolvimento de uma relação satisfatória, podendo integrar melhor o apoio que a intervenção oferecerá (Halford & Moore, 2002; Morris & Carter, 1999).

Como já, certamente, implícito, a formação do casal implica uma forte negociação e redefinição de papéis. Para Carter e McGoldrick (1988), as tarefas principais do casal prendem-se com a reorganização da relação com as famílias de origem, com a gestão dos limites e abertura do sistema conjugal a este e outros sistemas, e com o equilíbrio dos próprios limites internos do casal, num jogo, como diz Relvas (2006) de intimidade, fusão, empatia e autonomia.



Esta autora (2006) destaca ainda o papel transversal e central da comunicação e gestão de conflitos. A complexidade dos desafios desta fase inicial da família requer uma enorme flexibilidade e a comunicação é o ingrediente fundamental para transmitir, definir e co-construir sentidos e espaços claros, dentro do casal e com outros sistemas.

Não obstante a relevância dos modelos do ciclo vital da família na compreensão que trazem para a formação do casal, vários autores têm alertado para a necessidade de complementar a perspectiva clínica dos seus autores com dados empíricos e actuais e até visitar e questionar a pertinência dos mesmos, visto que muitos têm décadas desde a sua formulação e são algo vagos (Cherlin, 2010; Falicov, 1991; Walsh, 2012).

### **Investigação sobre casais pré-maritais e recém-casados**

Ora desde a formulação inicial dos diversos modelos do ciclo vital da família, a investigação sobre a relação conjugal tem crescido exponencialmente, alargando-se a centenas de variáveis que procuram captar as dimensões fundamentais do sucesso conjugal desde logo em fases iniciais da relação, como o namoro e os primeiros anos do casamento (e.g., Carrère et al., 2000; Clements et al., 2004; Holman, 2001; Huston, Caughlin, Houts, Smith, & George, 2001; Rogge, Bradbury, Hahlweg, Engl, & Thurmaier, 2006; Williamson, Karney, & Bradbury, 2013). Como resultado desta extensa investigação e das inúmeras variáveis e relações encontradas, vários autores têm desenvolvido modelos organizadores e integrativos (Halford, 1999, 2011; Holman, 2001; Larson & Holman, 1994; Niehuis, Huston, & Rosenband, 2006). De destacar ainda o modelo sistémico de satisfação conjugal desenvolvido por autoras portuguesas (Narciso & Ribeiro, 2009), que, embora não tenha sido desenvolvido com casais no início da sua vida conjugal, traz um olhar empírico e complexo sobre as vivências relacionais nacionais.

A organização das variáveis em três ou quatro dimensões é genericamente aceite (Halford, 2011; Larson & Holman, 1994; Christine E. Murray & Murray Jr., 2004), com alguma diversidade na organização das mesmas. Nos vários modelos, destacam-se variáveis individuais, relacionais e contextuais. Alguns autores acrescentam ou alertam ainda para a contextualização temporal das mesmas, salientando o factor tempo e acontecimentos de vida, que inclui a fase do ciclo de vida em que o casal se encontra e as várias situações mais ou menos normativas que podem ocorrer, como casamento, gravidez, doença, morte, desemprego, etc. (Halford, 1999; Narciso & Ribeiro, 2009).

Por ser bastante compreensivo e ter sido desenvolvido com vista à aplicação a intervenções preventivas foco do presente trabalho, apresenta-se, de seguida, uma exploração das principais variáveis salientadas pela investigação como predictoras da qualidade e satisfação conjugal, segundo o modelo ecológico organizador de Halford (1999, 2011), numa síntese entre

investigação actual e os modelos de Karney e Bradbury (1995, *in* Halford & Moore, 2002) e Holman e Larson (Holman, 2001; Larson & Holman, 1994). Halford (1999, 2011) sugere que há quatro grandes grupos de variáveis que têm impacto na trajectória da satisfação conjugal ao longo do tempo, e que se podem identificar logo na fase pré-marital: (i) variáveis contextuais, (ii) acontecimentos de vida, (iii) características individuais estáveis, e (iv) processos de interacção do casal.

*(i) Variáveis contextuais*

As 'variáveis contextuais' remetem primeiramente para as circunstâncias culturais e sociais em que a relação conjugal existe (incluindo as referidas aquando do início deste capítulo) e igualmente para os contextos mais proximais, como a família e amigos. Desde logo, a concepção de como um casamento deve ser e o que é considerado funcional varia de país para país, mesmo no mundo ocidental, e, por vezes, dentro do mesmo país (Kalmijn, 2007). O contexto cultural de origem torna-se particularmente importante quando os elementos de um casal vêm de culturas diferentes, sendo que as diferenças de expectativas e crenças podem, por um lado, ser enriquecedoras mas, por outro, ser fontes de conflito (Lind, 2008). Aqui incluem-se igualmente as crenças e práticas religiosas do casal, que têm demonstrado ser factores protectores (Mahoney, Pargament, Tarakeshwar, & Swank, 2001). Investigação recente tem também salientado o impacto negativo das dificuldades económicas e outras desvantagens sociais (Karney & Bradbury, 2005; Williamson et al., 2013). No que respeita ao contexto social proximal, cada elemento do casal está envolvido em diferentes relações e papéis nos seus círculos de acção que podem ter um impacto quer positivo quer negativo para a relação conjugal. O trabalho, os amigos, a família de origem, a parentalidade, os passatempos e o envolvimento comunitário são contextos que podem exigir tempo e recursos dificilmente articulados com as exigências de uma relação íntima mas que são, ao mesmo tempo, fundamentais para que ela seja enriquecida (Halford, 2011). Há resultados consistentes que mostram que a aceitação do cônjuge pelos significativos de um elemento do casal (família ou amigos) é preditora de uma estabilidade e satisfação maior, sendo que, por outro lado, a percepção de uma excessiva intromissão pode conduzir a conflitos e erosão da satisfação conjugal (Halford, 1999).

*(ii) Acontecimentos de vida*

Os 'acontecimentos de vida' são as transições desenvolvimentais e outras circunstâncias significativas positivas ou negativas que o casal ou um dos seus membros experiencia, podendo gerar períodos de crise na relação, com toda a abrangência negativa e positiva que este termo contém (Costa, 2005). Por exemplo, a transição para a parentalidade tem sido, por vezes, associada a um declínio na satisfação conjugal, enquanto alguns casais relatam ser uma

transição que promove um aprofundamento do seu compromisso (Alyson Fearnley Shapiro, Gottman, & Carrère, 2000). O mesmo acontece em situações de doença severa, em que o impacto na relação conjugal pode ser positivo ou negativo (Halford, 2011). A resolução destes momentos de particular exigência de mudança e *stress* parece ser mediada pela robustez dos processos interacionais do casal referidos de seguida, como o *coping* diádico, o suporte social e as capacidades de comunicação e resolução de problemas (Bradbury & Karney, 2004; Pasch & Bradbury, 1998).

### *(iii) Características individuais*

As ‘características individuais’ remetem para os factores estáveis pessoais, históricos e experienciais que cada elemento do casal traz para o relacionamento. Dentro das variações de uma personalidade considerada normal, apenas duas têm mostrado ser predictoras de maior risco para problemas relacionais: baixa capacidade de regular emoções negativas e um padrão inseguro de vinculação (Halford, 2011). Um forte risco relaciona-se com as desordens psicológicas no geral, como depressão, perturbações de ansiedade e abuso de álcool (Halford, Bouma, Kelly, & Young, 1999). Também as experiências relacionais passadas, como com a família de origem, outros relacionamentos amorosos e a própria história da relação com o cônjuge têm sido apontadas como variáveis fundamentais para a compreensão do (in)sucesso conjugal: o divórcio e violência parental, divórcios anteriores de um dos parceiros, um curto período de conhecimento mútuo e coabitação prévia ao casamento são variáveis associadas a riscos maiores de insatisfação e divórcio (Conger, Cui, Bryant, & Elder, 2000; Donato, lafrate, Bradbury, & Scabini, 2012; Rhoades et al., 2009b; Whitton, Rhoades, Stanley, & Markman, 2008).

### *(iv) Processos conjugais adaptativos*

Por último, os ‘processos adaptativos’ são os processos cognitivos, comportamentais e afectivos que ocorrem durante a interacção do casal. Dificuldades ao nível da comunicação e resolução de conflitos têm sido apontadas como predictoras de insatisfação e mesmo de escalada para violência verbal e física nos primeiros anos de casamento (e.g., Gottman et al., 1998). Também as crenças e expectativas partilhadas pelo casal têm impacto na relação: casais com expectativas irrealistas acerca, por exemplo, da importância da família e amigos e dos papéis de género têm níveis mais elevados de erosão da satisfação conjugal que casais com expectativas mais realistas (e.g., Bonds-Raacke, Bearden, Carriere, Anderson, & Nicks, 2001). Halford (2011) destaca também a capacidade de auto-regulação relacional, o vínculo e compromisso do casal e a capacidade de lidar com problemas ou adversidades em conjunto. Neste domínio, as variáveis de *coping* diádico (Bodenmann, Pihet, & Kayser, 2006; Landis, Peter-Wight, Martin, & Bodenmann, 2013) e suporte social (Sullivan, Pasch, Johnson, & Bradbury,

2010) têm sido alvo de um crescente foco. A comunicação tem um papel relacional central segundo Halford (2011), que contudo destaca a existência de desacordos e inconsistências entre estudos e autores no que toca a áreas mais específicas deste domínio. Não obstante, destaca determinados padrões de comunicação emocional apontados como preditores de (in)satisfação: pessoas que mostrem medo, evitamento, desrespeito e rancor nas suas interações caminham mais para a separação que aqueles que utilizam mais frequentemente nas suas interações o humor, elogios e validação e demonstram disponibilidade para apoio e partilha emocional (Driver & Gottman, 2004). De facto, mais do que a resolução de conflitos em si ou a diminuição da negatividade, a investigação tem salientado a relevância dum ambiente de cuidado e apoio mútuo e de investimento positivo (e.g., afecto, humor, interesse/curiosidade) na relação (Bradbury & Karney, 2004).

É de salientar que inicialmente, Halford (1999) entendia que as intervenções preventivas se deviam focar, principalmente, nos processos de comunicação e resolução de problemas, por considerar que as restantes variáveis não eram alteráveis por programas psico-educativos. Vários autores, contudo, têm-se afastado desta perspectiva (Bradbury & Karney, 2004; Bradbury & Lavner, 2012; Karney & Bradbury, 2005) e, mais recentemente, Halford e sua equipa têm vindo a considerar a dimensão contextual como passível de ser um domínio alvo de intervenções preventivas, através de diversas variáveis mediadoras que não eram normalmente consideradas, como o *coping* diádico e o apoio mútuo (Halford, 2004, 2011). De facto, na apresentação do modelo em 2011, diversas variáveis que não receberam qualquer atenção na sua formulação de 1999 foram incluídas, como estas agora referidas e, por exemplo, o vínculo emocional do casal e a capacidade de auto-regulação relacional.

Não obstante estas alterações, Niehuis e colaboradores (2006) tecem alguns comentários críticos a esta organização de Halford, salientando especialmente a estrutura algo rígida do modelo e, conseqüentemente, a importância de não considerar os factores numa perspectiva de somatório e combinação pontual mas sim dinâmica e desenvolvimental. Da mesma forma, Narciso e Ribeiro (2009) alertam também para a questão temporal da relação e a complexidade perdida em modelos mais esquematizados. Partindo do estudo da população portuguesa, procuram apresentar, no seu modelo, uma “concepção sistémica da satisfação conjugal e dos factores que sobre ela agem e que por ela são influenciados” (p. 63). Com uma maior valorização da componente processual e temporal da relação, distinguem três factores: centrípetos, centrífugos, e o factor tempo. Dentro dos factores centrípetos, ou seja, aqueles que são mais directamente gerados pela relação e que dela são geradores, as autoras distinguem os processos afectivos (e.g., sentimentos, compromisso), os processos operativos ou comportamentais (e.g., comunicação, conflitos, controlo relacional), e os processos cognitivos

(e.g., atribuições, expectativas). No segundo grupo, as dimensões centrífugas são aquelas mais periféricas mas que influenciam a relação conjugal e por ela podem ser influenciados, especificamente, os factores pessoais de cada elemento do casal (e.g., padrões de vinculação, personalidade), os factores contextuais (e.g., rede social, trabalho), e os factores demográficos (e.g., idade, sexo, nível socio-económico). Por último, o factor tempo ou percurso de vida inclui a duração da relação e acontecimentos normativos e não normativos. Esta articulação interdependente dos vários campos de influência de relação parece-nos mais sensível à complexidade da vivência dos casais, que não surgem assim como elementos passivos, dominados por forças sobre as quais não têm controlo mas como agentes activos, que podem influenciar os seus contextos, alterar as suas dinâmicas e reconstruir até factores que Halford considera estáveis ou quase permanentes (Halford, 2011). Este modelo pode, assim, contribuir para enriquecer desenhos de investigações futuras e intervenções habitualmente mais redutoras e limitadas.

De facto, apesar do incontornável valor que a investigação sobre o casal tem trazido para a compreensão e possibilidades de intervenção na conjugalidade, diversos autores têm desafiado os investigadores a não se fecharem nos seus modelos mas a prosseguirem uma rota de exploração e articulação mais dinâmica dos contextos relacionais em que os processos se desenrolam, dos desafios e temas que suscitam esses mesmos processos e que, assim, aproximem os seus estudos da vida real diária das pessoas em relações íntimas, nos seus desafios e também benefícios (Bradbury & Lavner, 2012; Walsh, 2012). A origem da investigação numa preocupação clínica e não tanto preventiva pode também explicar a atenção dada principalmente aos défices dos casais e causas de dissolução relacional em vez de um foco mais equilibrado ou até privilegiado nos processos ou factores que promovem e mantêm relações positivas e duradouras (Parker, 2002), o que poderia enriquecer profundamente o desenvolvimento de programas como o que aqui se discute. Consideramos que esse processo está já em curso, com alguns autores a incluírem variáveis como amizade e diversão, compromisso e amor nos seus programas (Halford, Markman, Kline, & Stanley, 2003), embora ainda focados num nível relativamente funcional e pouco orgânico, como nota Caillé (1991) em relação até às intervenções psicoterapêuticas. Este tema, respeitante às melhores práticas e linhas orientadoras para o futuro, será discutido após a próxima secção, sobre as intervenções pré-conjugais.

É certo que existe ainda um caminho de estudo e aprofundamento a percorrer pela investigação na área da conjugalidade mas, face à centralidade da relação conjugal e aos crescentes desafios que ela experiencia, o saber já adquirido tem levado várias equipas de investigadores e técnicos a agir, através de programas preventivos psico-educativos, movidos

pelo potencial de que ao intervirem numa série de variáveis identificadas, estão a contribuir para a melhoria da qualidade das relações conjugais e dos sistemas e comunidades que as envolvem (Halford, 2004; Larson, 2004; Wadsworth & Markman, 2012).

### **Intervenções de educação relacional e pré-conjugal**

Uma intervenção psico-educativa que tem reunido muito consenso, quer em contextos governamentais, quer académicos, é a Educação Pré-Conjugal (EPC). Enquadrada no contexto da Educação Relacional, como é o caso da Educação Parental (Cruz & Pinho, 2006; Gaspar & Seabra-Santos, 2010; Sanders, 1999), esta é uma modalidade de intervenção psicológica de prevenção universal, em grupo ou casal, para casais que pretendem assumir um compromisso formal. Os objectivos gerais da EPC, normalmente indicados nos artigos da especialidade, são: (i) diminuir a erosão da satisfação conjugal que ocorre nos primeiros anos de casamento e reduzir a dissolução do casal, incidindo nos factores de risco conhecidos, diminuindo o seu impacto, e (ii) promover a satisfação e qualidade conjugais, pela acção nos factores protectores (Carroll & Doherty, 2003; Halford & Snyder, 2012).

Fruto das características relacionais contemporâneas discutidas no capítulo da Conjugalidade, a própria designação da intervenção em estudo contém controvérsias, imprecisões, ambiguidades e, no fundo, desafios. Num primeiro momento, na literatura era frequente a referência à população-alvo e aos participantes como noivos (*'engaged'*) ou recém-casados (*'newly-wed'*), e aos programas como preparação para o casamento (*'marriage preparation programs'*) ou aconselhamento matrimonial ou conjugal (*'marriage counseling'*). Actualmente os cursos de preparação para o casamento têm procurado alargar-se a casais já coabitantes, fruto da normatividade da coabitação prévia ao casamento, e têm começado a incluir casais que querem viver juntos mas não casar ou que, já vivendo juntos, queiram reforçar e enriquecer a sua relação (e.g., Rhoades, Stanley, & Markman, 2009c) – para tal, tem-se generalizado o termo 'casais comprometidos' (*'committed couples'*)<sup>8</sup>. De igual modo, neste processo de inclusão de variedade relacional, os programas têm vindo a assumir designações mais amplas, como Educação Pré-Conjugal/Marital (*'Premarital Education'*), ou no geral, Educação Relacional e Conjugal (*'Marriage and Relationship Education'*). Por poder ser entendido como um termo mais amplo que casamento, pela divulgação e aceitação do termo nas publicações da área e pelo facto de apontar para o desejo e esforço preventivo de chegar

---

<sup>8</sup> A própria definição da população-alvo do projecto em estudo foi alvo de reflexão ao longo do doutoramento, encontrando-se desenvolvida na parte final da tese, no Capítulo V. Discussão Integrada.

aos casais antes que vivam juntos ou que estejam no processo dessa transição, usa-se no âmbito deste trabalho a designação de Educação Pré-Conjugal<sup>9</sup>.

### Contextualização dos programas pré-conjugais

A Educação Pré-Conjugal (EPC) é enquadrada, na literatura, no domínio das intervenções preventivas (Halford & Moore, 2002; Markman, Stanley, Jenkins, Petrella & Wadsworth, 2006; van Widenfelt, Markman, Guerney, Behrens & Hosman, 1997). Se durante décadas foram privilegiadas intervenções terapêuticas e remediativas, junto do casal e da família, recentemente verifica-se uma mudança de foco, com crescentes esforços preventivos (Tolan, Liddle, Santisteban, Levant, & Bray, 2002). Estes têm-se desenvolvido numa área de intersecção disciplinar complexa, mas de riqueza inestimável, em que se cruzam conhecimentos e influências da sociologia, da psicologia comunitária, da prevenção da saúde mental e bem-estar, da educação de adultos e da psicologia da família, decorrente quer das grandes correntes clínicas (e.g., modelos cognitivo-comportamentais, psicodinâmicos e sistémicos), quer de movimentos mais recentes de aconselhamento e promoção de competências relacionais (Duncan & Goddard, 2011a; Halford, Sanders, & Behrens, 2001; Markman, Stanley, Jenkins, Wadsworth, & Petrella, 2006; Christine E. Murray, 2005; Christine E. Murray & Murray Jr., 2004). De acordo com as formulações mais recentes de tipologias de prevenção, e procurando superar o modelo biomédico tradicional<sup>10</sup> (Gordon, 1983; Tolan et al., 2002), a EPC facilmente se compreende dentro da prevenção *universal*, ou seja, no contexto duma abordagem que procura alcançar toda a população, neste caso de casais na transição para a conjugalidade, com vista a prevenir determinados riscos e disfunções, através da promoção de recursos e competências. Mais recentemente, vários projectos funcionam também ao nível da prevenção *selectiva*, sendo que alguns autores começam a dirigir a sua atenção a participantes com presença de alguns factores de risco como, por exemplo, baixos recursos económicos, presença

---

<sup>9</sup> Educadores, técnicos, formadores, facilitadores, são certamente palavras com diferentes conotações mas serão usadas indiferenciadamente para nos referirmos aos agentes interventivos destes programas.

<sup>10</sup> Segundo a classificação clássica de Caplan (1964), as intervenções preventivas podem ser primárias, secundárias ou terciárias, sendo que a EPC seria considerada primária. Contudo, Gordon (1983) propôs uma classificação alternativa baseada nos custos e benefícios de desenvolver a intervenção com a população alvo. A prevenção universal inclui as estratégias que, baseadas em evidência científica, podem trazer benefícios a todos, bem acima dos custos da intervenção. As estratégias selectivas e indicativas normalmente são mais intensas e com maiores custos, devido ao maior risco existente mas também ao potencial de benefício superior.

de divórcio parental, ou défices comunicacionais (Antle et al., 2013; Halford, O'Donnell, Lizzio, & Wilson, 2006).

De facto, a prevenção tem recebido crescida atenção por parte de técnicos, investigadores, e agências governamentais pelo impacto em variados fenómenos sociais e de bem-estar e pela promessa que contém de eficiência custos/resultados (Felner, Felner, & Silverman, 2000). Com uma história já extensa na área da saúde e da psicologia comunitária, os esforços preventivos têm-se alastrado a diversas áreas da vida relacional e familiar, encontrando-se diversos programas psico-educativos na área dos relacionamentos próximos, muito divulgados nas culturas anglo-saxónicas mas também já em Portugal, seja na educação parental (Sanders, 1999), na educação sexual e para os afectos (M. G. d. Matos et al., 2009), e na prevenção da violência doméstica e no namoro (Saavedra et al., 2013). Encontrámos ainda um artigo de 1987 a descrever uma intervenção pontual com jovens casados (Costa, 1987). No que respeita à proposta que aqui focamos, da EPC, embora seja bastante difundida internacionalmente, inclusive na Europa em países como Alemanha, Inglaterra, Suíça, Itália e Noruega (e.g., Carroll & Doherty, 2003; Hahlweg, Markman, Thurmaier, Engl, & Eckert, 1998; Halford, 2011; Halford & Bodenmann, 2013; Hawkins, Blanchard, Baldwin, & Fawcett, 2008; lafrate & Rosnati, 2012; Lee & Lee, 2009; Markman, Rhoades, Stanley, & Peterson, 2013; Olson & Olson-Sigg, 1999; Thuen & Laerum, 2005), não temos conhecimento do desenvolvimento ou implementação de nenhum programa em Portugal, exceptuando os esforços de comunidades religiosas, especificamente da Igreja Católica.

Van Widenfelt e colaboradores (VanWidenfelt, Markman, Guerney, Behrens, & Hosman, 1997) apresentam três grandes argumentos na defesa da relevância e benefícios da prevenção da insatisfação relacional. O primeiro remete para as limitações da terapia conjugal, apontando para o facto de que muitas vezes os casais procuram ajuda já em situações de conflito e insatisfação muito intensas, às quais a terapia não poderá dar resposta, sendo assim melhor intervir quando o casal está ainda satisfeito, capacitando-os não só a lidar melhor com o conflito como a terem maior satisfação conjugal. O segundo argumento centra-se nos casais que não procuram terapia, ou seja, a percentagem de casais que a procuram é tão pequena e restrita (até a uma classe socioeconómica mais favorecida) que não diminuirá efectivamente a incidência global de insatisfação conjugal, sendo que a prevenção tende a alcançar mais casais, de níveis socioeconómicos diferentes. Por fim, os esforços de promoção e prevenção relacionais em etapas iniciais do relacionamento provavelmente serão mais eficientes ao nível dos encargos/ custos do que uma intervenção terapêutica, quando os problemas já estão, à partida, mais instalados.



Além destes benefícios gerais, a EPC apresenta vantagens particulares. Stanley (2001) avança, especificamente, quatro argumentos para a utilização de programas de EPC que, embora não estejam todos empiricamente testados, são plausíveis o suficiente para avançar com esforços no sentido de a difundir: (i) pode possibilitar aos casais um tempo de maior deliberação, prevenindo decisões precoces; (ii) pode enviar a mensagem de que o casamento é importante e digno de compromisso; (iii) pode mostrar aos casais opções caso venham a precisar de ajuda mais tarde; e (iv) pode diminuir o risco de conflito e insatisfação conjugal assim como evitar o divórcio.

Concluindo, segundo Halford e colaboradores (Halford, Markman, Kline & Stanley, 2003), alguns críticos poderão afirmar que melhor era intervir antes da decisão de casar ou mesmo da formação do casal, já que vários casais apresentam o argumento, aquando de processos de divórcio, que casaram com a pessoa errada. Não obstante, como Halford e seus colegas (2003) afirmam, na maioria das vezes *“a great relationship is made after<sup>11</sup> you make the choice to marry and is about being the best partner you can be”*<sup>12</sup> (p. 399).

### **História da EPC e organizações religiosas**

Embora seja um foco recente no meio científico internacional, a educação relacional desenvolveu-se do trabalho de instituições religiosas, responsáveis, ao longo da história, pela celebração dos casamentos e, no geral, pelo aconselhamento das suas comunidades, sendo os seus principais agentes padres, pastores, rabis e outros líderes. Estas instituições, particularmente a Igreja Católica, começaram a oferecer programas estruturados de educação relacional para noivos no início dos anos 30 (Hunt, Holf & DeMaria, 1998, *in* Halford & Moore, 2002). Na realidade, ainda hoje a intervenção neste domínio é principalmente providenciada por membros de comunidades religiosas, acompanhando o facto da maioria dos casamentos nos Estados Unidos ser religiosa (cerca de 75%), sendo que alguns autores têm construído pontes comunitárias e aliado esforços, investindo na formação destes agentes (Laurenceau, Stanley, Olmos-Gallo, Markman, & Baucom, 2004; Markman et al., 2004). Não obstante, como visto anteriormente, em Portugal apenas 38% dos casamentos são religiosos, e na zona da Grande Lisboa, especificamente, a percentagem ainda é mais reduzida (22%; INE, 2013). Assim, cada vez mais se torna pertinente a acção de outros profissionais que se focam nos relacionamentos conjugais e que partilham o interesse pela intervenção preventiva nas famílias

---

<sup>11</sup> Sublinhado da autora.

<sup>12</sup> Uma relação fantástica é feita depois da decisão de casar e tem a ver com ser o melhor cônjuge possível”; tradução da autora.

e comunidades. Consideramos, como Murray (2005), que os psicólogos e técnicos da área do aconselhamento conjugal e familiar são privilegiados nesta acção, e, mais, têm uma responsabilidade e uma oportunidade de serem relevantes na contribuição para a prevenção e promoção de relacionamentos ricos e satisfatórios.

Reconhecendo o seu impacto e potencial, técnicos de intervenções familiares no geral e diversas equipas de investigação têm desenvolvido e documentado alguns programas específicos, sendo que se apresenta, de seguida uma caracterização geral dos mesmos.

### Caracterização dos programas de EPC<sup>13</sup>

Segundo Halford e Moore (2002), os vários programas de EPC podem ser agrupados em três grandes categorias: informação e consciencialização, inventários com feedback, e programas baseados em currículos e treino de competências. Apenas a segunda e terceira categorias têm sido avaliadas através de estudos semi-experimentais ou experimentais (Halford & Snyder, 2012), sendo que, no entanto, é a primeira que, provavelmente, mais casais recebem (Halford & Moore, 2002). As intervenções aqui incluídas são o resultado da experiência prática principalmente de intervenientes religiosos, que partilham os seus conhecimentos e vivências específicas de alguns casais, e não propriamente da investigação na área conjugal. A sua diversidade e informalidade de formatos inviabilizam uma avaliação científica mas ainda assim alguns estudos têm encontrado poucos ou mesmo nenhuns resultados positivos e significativos deste tipo de acções de EPC (Laurenceau et al., 2004).

Por seu lado, o segundo grupo tem recebido bastante atenção do meio científico. Nos programas aqui incluídos, os dois elementos do casal completam um inventário que avalia uma série de dimensões do funcionamento do casal, e recebem depois *feedback* sistemático dos resultados dessa avaliação. Há vários inventários disponíveis, sendo os mais utilizados o *PREmarital Personal And Relationship Evaluation (PREPARE)* de Olson e colaboradores (Olson & Olson-Sigg, 1999), o *Facilitating Open Couple Communication Understanding and Study (FOCCUS)*, de Markey e colaboradores (Markey & Micheletto, 1997; in Larson, Newell, Topham, & Nichols, 2002) e o *RELATionship Evaluation (RELATE)* de Rowden, Holman e equipa (Larson, Vatter, Galbraith, Holman, & Stahmann, 2007; Rowden, Harris, & Stahmann, 2006). Alguns educadores apresentam os resultados e servem ainda como facilitadores de uma discussão entre o casal sobre o *feedback* dado (Halford, 1999). O objectivo parece ser, assim, consciencializar o casal e facilitar a definição de objectivos para que uma mudança positiva ocorra. Outros educadores afirmam usar os inventários para avaliar as necessidades do casal e

---

<sup>13</sup> Alguns dos programas apresentados não são exclusivamente desenvolvidos com casais pré-maritais, podendo também ser aplicados a casais casados.

negociar com ele os objectivos específicos que querem atingir, completando este processo com uma série de exercícios para alcançar esses mesmos objectivos. Estes exercícios (alguns desenvolvidos especificamente pelos autores dos inventários) são ainda muito focados na promoção de uma tomada de consciência e não tanto em estratégias práticas de mudança. Ora, de facto, alguns autores têm salientado que a identificação das diferenças entre os parceiros ou das fraquezas da relação pode ser contraprodutiva, a menos que os casais sejam apoiados na resolução efectiva desses aspectos, sendo a eficácia destes programas pouco apoiada cientificamente (Halford & Moore, 2002).

Esse apoio mais efectivo procura encontrar eco na terceira grande categoria, que diz respeito aos programas que apresentam um currículo estruturado e que incluem exercícios práticos, especialmente, treino de competências. O pressuposto essencial desta abordagem é o de que algumas pessoas nunca aprenderam, esqueceram ou não sabem utilizar correctamente algumas competências cruciais para uma relação íntima de qualidade (Markman et al., 2006). Assim, o núcleo central destes programas é sem dúvida o ensino destas competências, coerente com uma base teórica explicitamente comportamental ou cognitivo-comportamental. Não obstante, muitos autores reconhecem, ainda que por vezes implicitamente, que este treino é insuficiente para o desenvolvimento de relações satisfatórias e de intimidade, integrando uma série de outros conteúdos como o compromisso e a promoção da amizade (*e.g.*, Halford, 2004).

O primeiro programa que se preocupou com a standardização e a validação empírica da EPC foi o *Relationship Enhancement (RE)* de Guernsey e colaboradores (*in* Halford & Moore, 2002). Posteriormente, destacou-se o *Prevention and Relationship Enhancement Program (PREP)* de Markman, Stanley e colaboradores. Este tem sido muito replicado e servido de base para diversas variações, como o *Self-PREP* e o *Couple CARE (Couple Commitment and Relationship Enhancement)*; Halford, Moore, Wilson, Dyer & Farrugia, 2004) e adaptações em vários contextos e países (*e.g.*, Hahlweg, Markman, Thurmair, Engel & Eckert, 1998; Markman, Stanley, Jenkins, Petrella & Wadsworth, 2006; Stanley, Markman, Prado, Olmos-Gallo, Tonelli, St. Peters, Leber, Bobulinski, Cordova & Whitton, 2001). Mais recentemente, o *Couple Care* de Halford e equipa, de base australiana, tem-se diferenciado do PREP, pela inclusão de variáveis como a auto-regulação relacional e pela administração prévia do inventário RELATE (Halford et al., 2010; Larson & Halford, 2011), embora continue a colaborar com os seus autores, contribuindo com numerosos estudos científicos e reflexões sobre o domínio da EPC (*e.g.*, Halford et al., 2003; Halford, Markman, & Stanley, 2008; Markman & Halford, 2005)

Além destes, outros programas têm-se destacado, por abordarem as intervenções de EPC de formas alternativas, incluindo no seu centro variáveis pouco divulgadas, como por exemplo o *Compassionate and Accepting Relationships through Empathy (CARE) Program*, de

Rogge e colaboradores (Rogge, Cobb, Johnson, Lawrence & Bradbury, 2002), que destaca a empatia e apoio emocional; e o *Couples Coping Enhancement Training (CCET)*, de Bodenmann e colaboradores (Bodenmann & Shantinath, 2004; Pihet et al., 2007)(Pihet, Bodenmann, Cina, Widmer & Shantinath, 2007) que introduz a variável do *coping* diádico. Menos conhecidos, encontramos ainda, descritos em algumas publicações, programas nitidamente enquadrados dentro de perspectivas sistémicas, como uma proposta baseada no modelo focado nas soluções (Christine E. Murray & Murray Jr., 2004) e os percursos de promoção e enriquecimento relacional da equipa de Milão (Iafrate, Donato, & Bertoni, 2010; Iafrate & Rosnati, 2012).

### Conteúdos

Como já foi referido, a base estruturante dos programas mais empiricamente estudados é o treino de competências de comunicação. Este inclui o ensino, pelos formadores, e treino, pelos casais, de competências de emissão e escuta (e.g., fazer afirmações “Eu”, resumir o discurso do emissor) e de gestão de conflitos (e.g., identificar padrões de exigência-retirada e de evitamento e planear estratégias alternativas, como *time-outs* limitados no tempo) (VanWidenfelt et al., 1997). Após a consolidação desta dimensão, as sessões podem avançar para técnicas de resolução de problemas (e.g., balanço de prós e contras), em que os casais são motivados a escolherem um problema específico e aplicarem as estratégias aprendidas anteriormente. Aqui, alguns temas relacionais podem ser discutidos, como proximidade/distância, família de origem, formas de expressar afecto, etc. Este enfoque nos aspectos negativos (défices de competências e problemas relacionais) tem vindo progressivamente a ser contrabalançado pela inclusão de temas considerados mais positivos ou protectores da qualidade relacional, como a amizade e tempo em conjunto (e.g., motivar os casais a fazerem actividades agradáveis em conjunto e um pelo outro) e intimidade/sexualidade (e.g., identificar “inimigos” do desejo e utilizar técnicas de comunicação para partilhar expectativas e necessidades com segurança) (Markman et al., 2006). Por fim, a maioria dos programas procura também apoiar os casais a explorar expectativas gerais face à relação e a desenvolver valores de cedência, perdão e compromisso (Markman, Stanley, & Blumberg, 2010).

Além destes conteúdos relativamente transversais a todos os programas de base cognitiva-comportamental, Halford, como referido antes, introduz ainda a dimensão da auto-regulação ou auto-mudança<sup>14</sup>, enfatizando a importância de cada elemento do casal assumir a responsabilidade de identificar a “sua parte” e desenvolver um plano de acção para mudar

---

<sup>14</sup> *Self-change*, no original.

algum processo mais negativo e/ou promover processos protectores da relação (Halford, 2011). Este processo envolve também a antecipação de possíveis desafios futuros que o casal possa vir a enfrentar, como mudanças profissionais ou o nascimento de uma criança, com a elaboração individual mas também em conjunto de um plano de acção possível.

Os restantes programas referidos tendem a não focar tanto o treino de competências de comunicação, mas sim a promover o desenvolvimento de outras dimensões como a empatia e interesse/cuidado mútuo (CARE), o sentido de equidade e as competências de lidar com *stress*, por exemplo, através de estratégias de autoconsciência emocional, antecipação de stressores, técnicas de relaxamento, enfoque nas necessidades de apoio do parceiro e apoio emocional (CCET). Os dois últimos programas referidos, de base sistémica, tendem a ser semiestruturados, podendo os conteúdos variar de acordo com as necessidades avaliadas e o contexto da intervenção. São, não obstante, mais centrados na construção da identidade conjugal, nas suas forças e recursos existentes, no envolvimento com outros sistemas contextuais e, especificamente no programa italiano, na compreensão dos laços e influências transgeracionais da família alargada (Bradbury, Karney, lafrate, & Donato, 2010; lafrate & Rosnati, 2012).

Os conteúdos dos vários programas existentes incluem, assim, várias dimensões da conjugalidade que são consideradas pertinentes pelos seus autores, com base nos seus modelos teóricos, e na sua leitura do que a literatura tem apontado como sendo mais relevante nos primeiros anos de vida em comum. No entanto, o destaque científico dado ao treino de competências de comunicação é notório, mesmo na aplicação a outros domínios, que parecem, assim, remetidos a uma posição secundária.

### **Formato e processos**

Quanto ao formato e processos dos cursos de EPC, os autores do *PREP*, por exemplo, têm experimentado diferentes versões; uma, por exemplo, ocorre no espaço de um fim-de-semana mais duas sessões em horário pós-laboral nas duas semanas seguintes, num total de 12 horas (Stanley et al., 2001); outras mais compactas têm consistido em apenas um ou dois fins-de-semana (VanWidenfelt et al., 1997). Idealmente, incluem quatro a cinco casais por grupo. As sessões caracterizam-se por um período de palestra, seguido de um tempo de exercícios práticos, recorrendo a vídeos, manuais e livros. Estes exercícios são realizados por cada elemento do casal individualmente ou pela díade, com acompanhamento particular de formadores treinados, que observam, avaliam, dão *feedback* e fomentam a procura de alternativas e sua aplicação. Há também tarefas para os casais realizarem em casa, para aperfeiçoamento das competências e consciencialização das suas maiores dificuldades, que

poderão apresentar e trabalhar na sessão seguinte. O CCET (Bodenmann & Shantinath, 2004) consiste em seis módulos, normalmente desenvolvidos ao longo de 18 horas, quer em formato de fim-de-semana, quer ao longo de seis encontros semanais, e pode acolher entre quatro a oito casais. As intervenções desenvolvidas pela equipa italiana referida são essencialmente flexíveis em termos de sessões e temas, recorrem a actividades experienciais e de envolvimento activo dos participantes e utilizam o grupo claramente como ferramenta de intervenção (Iafrate et al., 2010; Iafrate & Rosnati, 2012).

Alguns estudos têm procurado conhecer os formatos e conteúdos considerados mais relevantes pelos participantes (Scott, Rhoades, Stanley, Allen, & Markman, 2013; L. M. Williams, Riley, & Dyke, 1999), enquanto outros têm dedicado algum esforço a explorar formas de tornar os programas mais atractivos a potenciais utilizadores, recorrendo às suas opiniões e ideias, principalmente em comunidades ou países em que estas intervenções não são muito conhecidas (Snyder, Duncan, & Larson, 2010; L. M. Williams, 1992)<sup>15</sup>. Um estudo realizado por Williams e colaboradores (L. M. Williams et al., 1999) baseou-se no relato de 697 casais que haviam passado por cursos de EPC, de forma a apresentar os aspectos dessa experiência considerados mais úteis. Os mais valorizados incluíam providenciar tempo para o casal se conhecer melhor, usar uma equipa de intervenção e não só um formador (desde outros casais a agentes religiosos), explorar os Cinco Cs (Comunicação, Compromisso, resolução de Conflitos, filhos<sup>16</sup> e religião<sup>17</sup>), e ter oito ou nove sessões/partes.

### **Eficácia dos programas de EPC e medidas de avaliação**

Em relação à eficácia dos programas de EPC, vários estudos têm sido desenvolvidos quer sobre a abordagem com inventários (Busby, Ivey, Harris, & Ates, 2007; Larson et al., 2007), quer principalmente sobre os programas de treino de competências (Halford & Bodenmann, 2013; Halford, Lizzio, Wilson, & Occhipinti, 2007; Halford et al., 2001; Markman, Renick, Floyd, Stanley, & Clements, 1993; Stanley, Amato, Johnson, & Markman, 2006), sendo que alguns têm sido organizados em meta-análises ou revisões da literatura (Blanchard, Hawkins, Baldwin, & Fawcett, 2009; Carroll & Doherty, 2003; Halford & Snyder, 2012; Hawkins et al., 2008; Hawkins, Stanley, Blanchard, & Albright, 2012). As medidas de avaliação incluídas nos protocolos são diversas (para uma revisão, ver Hawkins et al., 2008) mas prendem-se principalmente com as dimensões da qualidade ou satisfação relacional geral e as competências de comunicação. Em relação à primeira dimensão, os instrumentos mais frequentemente usados são o Locke-

---

<sup>15</sup> Para uma reflexão mais aprofundada deste tema, ver o Artigo 5.

<sup>16</sup> *Children*, no original.

<sup>17</sup> *Church*, no original.

Wallace *Marital Adjustment Test* (MAT, Locke & Wallace, 1959) ou uma escala muito semelhante, a Spanier *Dyadic Adjustment Scale* (DAS, Spanier, 1976). No que respeita à segunda, encontram-se medidas observacionais de comunicação, especificamente de comunicação negativa. Mais pontualmente, verifica-se igualmente a avaliação do compromisso relacional e a estabilidade da relação, i.e., se o casamento continua ou se houve divórcio/separação.

Em relação aos inventários, têm sido encontrados resultados positivos da aplicação do PREPARE e do RELATE ao nível da satisfação relacional e do compromisso mas estes foram avaliados logo após o feedback dado, não havendo estudos de *follow-up* (Larson et al., 2007). Um estudo da aplicação do RELATE mais seis sessões de um curriculum de EPC mostraram a manutenção dos efeitos na satisfação num *follow-up* de seis meses, mas não foi possível diferenciar o impacto do inventário com o do programa (Busby et al., 2007); num estudo comparativo entre esta combinação e o inventário apenas, a combinação mostrou ter maior impacto positivo nos doze meses seguintes (Halford et al., 2010).

Considerando os programas de competências anteriormente apresentados, os que têm apresentado à comunidade científica mais estudos do seu impacto são o PREP de Markman e colaboradores e o *Couple Care* de Halford. Ambos têm mostrado eficácia na diminuição de interações negativas e aumento das positivas no casal e mesmo na diminuição da percentagem de divórcios (Blanchard et al., 2009; Halford et al., 2008; Hawkins et al., 2008; Stanley, Amato, et al., 2006). Também se verificou a manutenção e, por vezes, um aumento na satisfação conjugal, o que, tendo em conta que os grupos de controlo decrescem significativamente e que inicialmente os valores de satisfação são bastante elevados, é um aspecto muito interessante e promissor (Stanley, Amato, et al., 2006). Em termos dos moderadores programáticos, Hawkins et al. (2012) verificaram que o tempo de duração da intervenção em termos de horas e extensão ao longo do tempo mais eficaz é entre nove a vinte horas, com uma divisão em sessões curtas mas estendidas ao longo de algumas semanas ou mesmo meses (e.g., 10 sessões ao longo de mais de 3 meses), o que pode permitir uma maior integração e consolidação de competências e conhecimentos

Não obstante alguns resultados positivos, tem-se reconhecido que, para a maioria dos participantes de EPC, as diferenças positivas observadas tendem a dissipar-se ao longo do tempo, deixando de se verificar após dois ou mais anos (Halford & Snyder, 2012). Alguns estudos têm, inclusive, sugerido que o treino de competências pode surtir efeitos paradoxais indesejados, especificamente quando as mulheres aumentam significativamente as suas competências de comunicação (Baucom, Hahlweg, Atkins, Thurmaier, & Engl, 2006; Schilling, Baucom, Burnett, Allen, & Ragland, 2003), ou seja, pode haver um impacto negativo da

intervenção, ao sensibilizar excessivamente os casais para as suas falhas ao nível comunicação, ao mesmo tempo que transmite quão fundamentais as competências a este nível são (Rogge, Cobb, Lawrence, Johnson, & Bradbury, 2013). O nível de desempenho apontado como ideal é de tal modo focado por estas intervenções que os casais podem ficar excessivamente preocupados e com dúvidas sobre a sua capacidade de o atingir, ao mesmo tempo que podem tornar-se excessivamente avaliativos e críticos dos parceiros (Rogge et al., 2013). Face a estas limitações, vários são os autores que têm afirmado que o foco no aumento da consciência e na promoção de competências de comunicação não está a gerar os resultados pretendidos, e têm assim desafiado este campo de investigação a ir mais longe, explorando outras bases teóricas, formatos de intervenção e variáveis e processos de mudança (Bradbury et al., 2010; Bradbury & Lavner, 2012; Hawkins et al., 2012; Wittenborn, Faber, & Keiley, 2012). Alguns estudos têm, adicionalmente, mostrado que quem beneficia mais destes programas são populações específicas, principalmente as que apresentam um risco elevado de dificuldades relacionais futuras, pela presença de, por exemplo, divórcio parental, coabitação prévia a um compromisso assumido, dificuldades económicas, entre outras (Halford & Snyder, 2012; Larson & Halford, 2011), sendo que a população geral poderia usufruir de programas menos focados no treino de competências, central nos acima mencionados, e mais focados em variáveis como expectativas, suporte social e perdão (Rogge et al., 2013).

### **Limitações na investigação e alternativas**

Reflectindo sobre as duas secções antecedentes, destacam-se as potencialidades de uma intervenção preventiva juntos de casais na transição para a conjugalidade mas também algumas limitações e desafios, que se cruzam e desafiam investigadores e agentes interventivos a reflectirem sobre o estado do domínio da conjugalidade e das intervenções na mesma e a estenderem os seus horizontes a novos percursos de exploração.

Em primeiro lugar, as grandes mudanças sociodemográficas devem levar-nos a reflectir na forma como os jovens experienciam as vivências diversas ao nível da transição para a conjugalidade, e a ter em particular atenção os contextos nacionais e regionais específicos, abstendo-nos de generalizar excessivamente a investigação feita noutros países. Em segundo lugar, os modelos existentes que se debruçam sobre esta fase crucial do ciclo vital assim como os que procuram organizar e sintetizar a investigação no domínio das variáveis predictoras da satisfação e qualidade conjugal devem ser revisitados e melhor articulados, para que as tarefas e maturidade teórica destacadas pelos primeiros não se percam nos segundos, e para que a exigência empírica destes não seja excluída dos primeiros. Por último, as intervenções que têm



sido desenvolvidas no cruzamento destes dois pontos têm revelado falhas ao nível do seu impacto a médio-longo prazo, certamente pelas limitações desses mesmos pontos que se traduzem nos seus conteúdos, e pela necessidade de introduzir mudanças mesmo ao nível de formatos e da própria conceptualização de resultados desejados. Urge reflectir sobre possibilidades de melhoria ou mesmo de construção de programas de raiz e rever e propor linhas orientadoras para o futuro da investigação e intervenção neste domínio. Vários artigos têm procurado apontar para caminhos de desenvolvimento futuro, salientado boas práticas que devem naturalmente ser mantidas mas desafiando técnicos e investigadores na área a continuamente melhorarem e refinarem os seus esforços.

### **Limitações e boas práticas para o futuro**

Ao reflectir sobre as fragilidades dos resultados a médio-longo prazo dos programas de treino de competências, uma das maiores discussões na área é a centralidade que o papel do treino de competências de comunicação e resolução de conflitos tem assumido. Há algum suporte empírico para o pressuposto de que algumas pessoas nunca aprenderam determinadas competências no domínio da comunicação, no entanto, a afirmação de que os casais não comunicam bem simplesmente porque os seus elementos não aprenderam competências importantes de comunicação e por isso precisam de aprender algumas técnicas é contradita por vários autores e clínicos (Bradbury et al., 2010; Costa, 2005; Johnson, 2004) e por várias evidências: casais em relações conflituosas, por exemplo, demonstram uma comunicação pobre um com o outro, mas não necessariamente na interacção com outras pessoas (Halford & Moore, 2002) e as “regras” muitas vezes ensinadas nos programas referidos não parecem ser aplicadas por casais saudáveis e satisfeitos nas suas interacções diárias (John M. Gottman, Carrère, Swanson, & Coan, 2000). Assim, por outras palavras, pelo menos algumas pessoas sabem comunicar de forma positiva, sendo importante compreender porque não utilizam essas competências na sua relação conjugal ou que outras dimensões da comunicação não estão a ser tão consideradas.

Enquanto alguns autores propõem intensificar o treino das competências comunicacionais na procura de maior eficácia (Scott et al., 2013), algumas respostas alternativas têm sido avançadas. Progressivamente, mais investigação tem salientado a importância do contexto relacional da comunicação ou conflito. Uma das dimensões focadas tem sido a das virtudes ou qualidades pessoais e a percepção do parceiro como tendo essas qualidades (Fowers, 2000; Veldorale-Brogan, Lambert, Fincham, & Dewall, 2013). Fowers (2000), por exemplo, tem alertado para a centralidade de forças pessoais como o perdão, a lealdade e um sentido de justiça na aproximação positiva dos casais a temas mais desafiantes. Da mesma

forma, Veldorale-Brogan e colaboradores (2013) salientam a importância de percebermos essas mesmas qualidades no par amoroso. Já no âmbito do estudo da vinculação e das intervenções clínicas na área das terapias focadas nas emoções, a percepção de que o outro se preocupa e se foca nas necessidades e desejos do companheiro surge como fundamental na construção da intimidade (Johnson, 2004; Reis, Clark, & Holmes, 2004). Estas dimensões têm também sido salientadas no enquadramento da variável suporte social, i. e., no apoio dado pelo parceiro aquando duma situação de stress ou conflito, especificamente a importância da empatia, validação e expressão de cuidado pelo outro (Sullivan et al., 2010). Alguns autores conceptualizam estes construtos dentro das dimensões afectiva e ética, lado a lado com valores, dedicação, intimidade, paixão, dimensões estas que tantas vezes parecem ficar esquecidas quando são componentes tão fundamentais e mesmo definidoras da própria relação de casal (Bradbury et al., 2010; lafrate et al., 2010; Narciso & Ribeiro, 2009).

Alguns estudos recentes têm ainda salientado o papel mediador no impacto dos conflitos de dimensões como a complexidade cognitiva e flexibilidade (Karney & Gauer, 2010), ou seja, não ter um pensamento linear e rígido e, de forma notória, o uso do humor e afecto positivo (L. Campbell, Martin, & Ward, 2008; Driver & Gottman, 2004). Também, uma linha sólida de resultados tem vindo a chamar a atenção não só para os processos ao nível intra-relacional, mas para os contextos externos que influenciam o casal, como questões financeiras e outros stressores externos, salientando assim o papel de processos como o coping diádico e a gestão financeira (Karney & Bradbury, 2005; Neff & Karney, 2004; Scott et al., 2013; Williamson et al., 2013). Adicionalmente, refira-se também a importância, salientada por participantes do PREP que entretanto se divorciaram, de abordar mais explicitamente as expectativas dos casais face ao desenvolvimento da família, através das suas diversas fases, alertando para previsíveis oscilações na satisfação e alterações ao nível da atracção e desejo sexual (Scott et al., 2013).

No que respeita a outros aspectos dos programas que não os conteúdos propriamente ditos, alguns autores têm apontado o que chamam de homogeneidade negativa: predominância do treino de competências de comunicação, predominância de estilos didácticos, predominância de alguns poucos contextos normalmente muito formais e laboratoriais, e predominância de *outcomes* avaliados, especificamente as competências de comunicação e a satisfação relacional (Hawkins et al., 2012), reduzindo, como foi acima notado, a qualidade relacional a uma dimensão comportamental ou operativa (termos segundo o modelo de Narciso e Ribeiro, 2009). Segundo Hawkins e colaboradores (2012), é necessário maior criatividade e experimentação na programação de programas de educação relacional, não só na área dos conteúdos, mas também dos processos de transmissão e contextos, e na avaliação de efeitos num maior leque de resultados relacionais. Também Adler-Baeder e colaboradores (2004)

desafiam os agentes interventivos a recorrerem a actividades mais experienciais e que envolvam de forma activa os participantes. De facto, no processo de desenvolvimento de uma intervenção direccionada a jovens e adultos, deve-se naturalmente ter em consideração as orientações fundamentais do âmbito de estudo da educação de adultos, que tem vindo a advogar o abandono de metodologias meramente didácticas e do papel do técnico como especialista mas sim facilitador. Um relatório australiano (Standing Committee on Legal and Constitutional Affairs, 1998) por exemplo, recorda que a maioria das aprendizagens no adulto é auto-regulada mas fomentada pela interacção com outros significativos, como elementos da família; e que os conteúdos têm de ser percebidos como relevantes e que devem ser experimentados na prática, através de actividades dinâmicas, experienciais e com tempo para reflexão e integração. Também Halford (2011), recentemente, salienta com pertinência este aspecto, indicando que para haver integração real de aprendizagens, um ciclo de quatro estádios deve ser proporcionado: uma experiência concreta (pode ser um exercício ou quebra-gelo) seguida de observação e reflexão, que levam à formação de conceitos abstractos e generalizações que por sua vez criam hipóteses a serem testadas e aplicadas numa acção futura, o que se traduz naturalmente em novas experiências.

Adicionalmente, desafia-se os autores de programas de EPC, assim como de outras intervenções de promoção relacional, a adequar o desenvolvimento dos seus currículos às necessidades e características da população-alvo e a melhorar estratégias de divulgação dos programas de forma a aumentar assim o recrutamento de participantes (Duncan & Goddard, 2011b; Halford, 2004, 2011; Larson & Halford, 2011). Como vários autores afirmam, conhecer as características da população alvo é fundamental para o desenvolvimento de programas que pretendem ser empírica e socialmente fundamentados (Duncan, Holman, & Yang, 2007; Hawkins, Carroll, Doherty, & Willoughby, 2004).

### **Desenho de programas de prevenção**

Ora se estas directrizes podem ser aplicadas na melhoria de programas existentes, o seu grau de distanciamento dos mesmos deve levar à consideração da vantagem de desenvolver novos currículos, que partam desde logo de diferentes perspectivas teóricas e que integrem em todas as suas fases de desenvolvimento os avanços na área da EPC, assim como noutras áreas da prevenção. Também as dificuldades e custos envolvidos na replicação de programas já estabelecidos e as adaptações sempre necessárias devido a especificidades sociais e culturais das diferentes populações-alvo têm levado investigadores, técnicos e instituições a criar programas próprios, muitas vezes sem os resultados pretendidos (Adler-Baeder et al., 2004; Nation et al., 2003). De forma a promover a qualidade e eficácia destas intervenções, vários

autores têm-se debruçado sobre o processo de desenho, aplicação e avaliação de projectos de intervenção preventiva, definindo os ingredientes fundamentais dum programa eficaz empiricamente fundamentado e avançando linhas orientadoras claras que podem ser aplicadas em domínios diversos (Kettner, Moroney, & Martin, 2008; Nation et al., 2003).

Destacamos duas equipas que sintetizam estas dimensões, de forma muito próxima às várias orientações que têm sido avançadas ao longo deste capítulo, e que cuja estrutura nos permitiu decidir quais os primeiros passos a tomar para um trabalho sólido de intervenção preventiva com casais no nosso país e orientar o seu desenvolvimento. Em primeiro lugar, Nation e colaboradores (2003) indicam nove princípios que permitem uma estrutura útil para qualquer investigador ou técnico que deseje iniciar um projecto de intervenção preventivo, correspondendo a três áreas gerais: características do programa, correspondência dos programas à população-alvo, e implementação e avaliação do programa. Em relação às suas características, um programa deve ser compreensivo, ou seja, incluir diversas componentes que abordam áreas fundamentais do desenvolvimento (e.g., família, amigos, comunidade); deve envolver métodos de ensino diversos que foquem o aumento do conhecimento, da consciência e de competências; deve ser desenvolvido ao longo do tempo necessário para produzir os efeitos desejados, sendo acompanhado de follow-up quando necessário; deve ser orientado por modelos teóricos sólidos e suportado por investigação empírica; e deve promover e expor os participantes a relacionamentos positivos, quer com pares quer com outros significativos. No que respeita à segunda área, de correspondência dos programas à população-alvo, é fundamental maximizar a intervenção, agindo em momentos desenvolvimentais pertinentes e tendo, naturalmente, em conta a fase desenvolvimental dos participantes; assim como os programas devem ser adequados à cultura dos mesmos, incluindo-os sempre que possível no próprio planeamento e implementação das intervenções. Por último, Nation e a sua equipa referem ainda a importância da avaliação do programa, fruto de objectivos claros e mensuráveis e duma adequada documentação dos resultados relativos a cada um; e das características da equipa de intervenção, que deve ser formada e treinada no domínio e na implementação da mesma.

Em segundo lugar, Duncan e Goddard (2011b) apresentam uma esquematização no domínio particular das intervenções com famílias e casais. Especificamente, numa primeira fase, salientam a importância de ter uma ideia clara do problema e da população-alvo, de rever a literatura existente e de trabalhar em equipa para desenvolver respostas. Numa segunda fase, defendem a consulta à população a que se dirige a intervenção, de forma a avaliar as suas necessidades sentidas e antecipadas, aquelas percebidas pelo técnico, fruto dos seus conhecimentos, e ainda a sua percepção dos técnicos e intervenção a ser planeada. Nesta fase é

também importante: a integração desta inquirição com a revisão de literatura feita para a definição de objectivos; a selecção de instrumentos de avaliação formativa e sumativa; a definição de estratégias de intervenção de acordo com as melhores práticas e os conhecimentos da educação de adultos; a decisão da extensão/duração, selectividade e profundidade do programa; a consideração de estratégias de recrutamento e divulgação; e a procura de adequação às características socioculturais da população-alvo. Por fim, recomendam a realização de um teste piloto (Duncan & Goddard, 2011a).

Em síntese, não obstante a centralidade das relações conjugais na nossa sociedade e da proliferação de programas de EPC a nível internacional com potencial de apoio das mesmas, não é conhecido qualquer projecto de EPC em Portugal, exceptuando o trabalho realizado pela Igreja. Consideramos, então, ser este um projecto inovador e relevante para uma aplicação em Portugal, cujo início, defendemos, juntamente com outros autores (Adler-Baeder et al., 2004; Duncan & Goddard, 2011b), deve estar fundamentado 1) na investigação empírica e teórica sobre a relação conjugal e sobre a transição para a mesma; 2) no conhecimento das vivências destas na realidade sociocultural do país onde se quer desenvolver o programa; e 3) no conhecimento dos programas já desenvolvidos e estudados internacionalmente, suas boas práticas e limitações.

A presente tese pretende fazer isso mesmo: servir de base teórica e empírica para a criação de um projecto de intervenção com casais, num enquadramento de prevenção universal (Gordon, 1983). Para tal, procura combinar as três dimensões referidas, revendo a investigação no domínio da conjugalidade, apresentando os resultados dos estudos empíricos desenvolvidos no corrente trabalho com jovens portugueses, e discutindo ambos e suas implicações segundo as melhores práticas de desenvolvimento de programas preventivos com jovens e famílias. Um modelo da organização deste processo, assim como da própria tese, pode ser encontrado na Figura 1. Julgamos, assim, poder contribuir para o estudo de uma faixa etária e fase relacional pouco explorada no nosso país, e articular de forma produtiva a investigação e a intervenção, com vista ao desenvolvimento bidireccional de ambos os campos na área da Psicologia da Família e Intervenção Familiar.

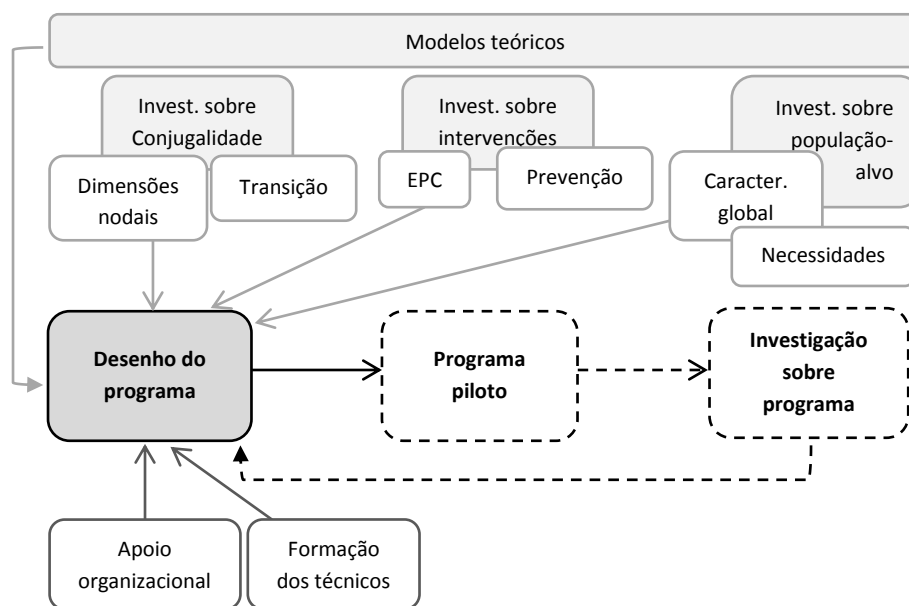


Figura 1. Modelo organizador do desenvolvimento de um projecto de promoção relacional na transição para a conjugalidade.

### Conceptualização metodológica da investigação

Com base no enquadramento apresentado anteriormente e na necessidade dupla de, por um lado, visitar a fase de construção do casal e, por outro, de desenvolver intervenções bem fundamentadas para a realidade nacional, apresenta-se de seguida, o contorno metodológico da componente empírica do projecto de investigação.

Enquadrado, desde logo, no âmbito da Psicologia da Família, o presente projecto tem como contorno meta-teórico a perspectiva ecossistémica (Bertalanffy, 1968; Bronfenbrenner, 1986). Em termos de metodologia, enquadra-se no paradigma de investigação pós-positivista (Guba & Lincoln, 1994), baseado numa abordagem mista, conjugando métodos predominantemente qualitativos e quantitativos (Hesse-Biber & Leavy, 2011; Teddlie & Tashakkori, 2009).

### Desenho da Investigação

Como objectivo último, pretendeu-se desenvolver uma intervenção teórica e empiricamente fundamentada que apoie e capacite os jovens adultos portugueses, na fase de transição para a conjugalidade, na manutenção e construção de relacionamentos amorosos que contribuam para conjugalidades estáveis e de qualidade, com repercussões de enriquecimento a nível individual, familiar, comunitário e social. Para tal, e seguindo as dimensões sintetizadas na Figura 1, procedeu-se desde logo à revisão da investigação feita quer na área da conjugalidade e, especificamente, da transição para a mesma, quer no domínio das

intervenções de EPC<sup>18</sup>, salientando as suas limitações que justificam o desenho de raiz de um novo projecto.

Tendo como base os modelos ecológicos e sistémicos, partimos para o foco na população específica onde desejamos intervir, os jovens portugueses, e no processo de desenho da intervenção. A complexidade inerente a estes modelos traduziu-se num desejo de captar a própria complexidade da população-alvo na sua experiência da transição para a conjugalidade, nos seus diferentes sub-grupos (namorados, coabitantes e recém-casados) e nas suas forças e necessidades relacionais, considerando as suas experiências mais intra-relacionais mas também as suas atitudes e relação com os contextos envolventes, em dinâmicas de afunilamento e alargamento de olhares, quer individuais, quer diádicos. A interligação destas dimensões está presente na Figura 2.

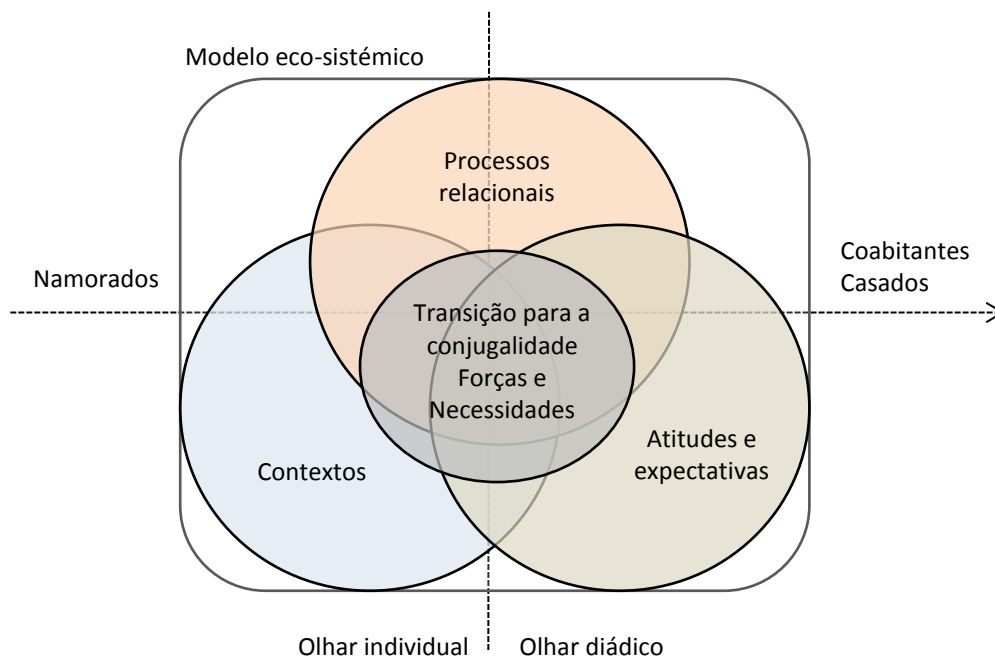


Figura 2. Esquema integrador das dimensões centrais dos estudos da dissertação

Três objectivos gerais e dez mais específicos foram traçados:

1. Desenvolver reflexivamente uma estrutura teórica e metodológica coerente e sólida para a construção do programa.
  - 1.1. Discutir a pertinência da adopção de um modelo ecossistémico e reflectir sobre as suas implicações para o processo global de desenvolvimento de uma intervenção de EPC.

<sup>18</sup> Sendo esta uma intervenção pouco conhecida em Portugal, consideramos ser também objectivo transversal e contributo relevante desta dissertação a sua apresentação e a do seu racional sustentador, daí a extensão e atenção dada às primeiras três secções deste capítulo.

- 1.2. Contribuir para a existência de instrumentos de avaliação de processos relacionais validados para a população portuguesa que possam ser úteis para o protocolo de avaliação do programa de EPC.
2. Seleccionar conteúdos relevantes para a realidade dos relacionamentos amorosos no geral e conjugais em específico dos jovens adultos portugueses, o público-alvo da intervenção, quer no sentido de informar estratégias de divulgação e recrutamento, quer na procura de dar resposta às suas necessidades e experiências relacionais.
  - 2.1. Conhecer, numa abordagem exploratória, as atitudes face à transição para a conjugalidade, de jovens quer namorados, quer coabitantes.
  - 2.2. Explorar a relação dos casais de namorados com os seus contextos relevantes (e.g., comunidade, contexto económico-político, trabalho, família), nos seus desafios e recursos.
  - 2.3. Conhecer as necessidades antecipadas face à transição para a conjugalidade dos casais de namorados.
  - 2.4. Conhecer as forças relacionais dos casais de namorados.
  - 2.5. Conhecer a experiência conjugal normativa dos recém- coabitantes e casados, nas suas múltiplas dimensões.
3. Integrar os conhecimentos adquiridos no desenho de um programa, desde a sua avaliação aos conteúdos e às sessões a desenvolver.
  - 3.1. Reflectir de forma integrada sobre o público-alvo e considerações a ter em conta.
  - 3.2. Propor um protocolo de avaliação.
  - 3.3. Propor um programa de EPC.

Para os concretizar, são apresentados sete artigos, um de reflexão teórica, e os restantes referentes a estudos empíricos distintos<sup>19</sup>. Pela natureza exploratória dos objectivos, de facto, todos eles se interligam e são transversais a toda a dissertação. Não obstante, alguns são mais especificamente abordados em alguns capítulos e estudos. O artigo 1, de reflexão teórico-prática corresponde ao objectivo 1.1., enquanto o 1.2 se concretiza nos artigos quantitativos 3 e 4. O objectivo 2.1. encontra-se traduzido nos artigos 2 e 3. O objectivo 2.2. remete para o artigo 5 e os objectivos 2.3. e 2.4. correspondem ao artigo 6. O artigo 7 conclui a secção de estudos, procurando dar resposta ao objectivo 2.5. O último objectivo geral, nos seus

---

<sup>19</sup> Devido à opção de apresentar artigos empíricos como corpo da tese e igualmente aos instrumentos utilizados em cada um, os dados resultantes permitiram dar resposta aos objectivos delineados nesta secção mas extrapolaram diversas vezes os seus contornos. A riqueza dos dados permitiu assim informar os investigadores de formas além do planeado, sendo integradas na Discussão final.



três pontos, é naturalmente o centro da discussão integrada final, culminando na apresentação do programa *Casa(l) em Construção* (ver Apêndice A).

Cada estudo apresenta o seu método específico, com referência à amostra, procedimentos, instrumentos, etc. No entanto, como orientadores da tese na sua totalidade, dois critérios principais foram definidos à partida. Em primeiro lugar, a faixa etária abordada é a do jovem adulto, que se entende nesta tese por todos os jovens maiores de 18 anos até aos 30 anos. Também, naturalmente, foi tido em conta um critério de caracterização relacional, sendo que todos os participantes tinham de estar numa relação amorosa de pelo menos seis meses e no caso de coabitação, esta devia ser de menos de dois anos. Uma excepção a estes critérios encontra-se no Artigo 4, estudo desenvolvido em parceria com outros colegas, em que casais casados e em união de facto foram incluídos para validação da Escala de Compromisso Pessoal e a exploração desta variável em diferentes estatutos relacionais.

Para a prossecução empírica dos objectivos referidos, recorreu-se a três metodologias distintas – *Focus groups* (FG), questionários e entrevistas, assim como a amostras diversas. Todos os participantes, exceptuando os incluídos no acima referido Artigo 4, preencheram um mesmo questionário sociodemográfico e relacional (QSD-R) (ver Apêndice B). A síntese dos estudos encontra-se no Quadro 1. Pelas suas especificidades, as três metodologias serão de seguida apresentadas sinteticamente.

Quadro 1. *Esquema síntese dos estudos empíricos*

|                      | <b>Focus Groups</b>                           | <b>Questionários</b>  |  | <b>Entrevistas diádicas</b>  |  |
|----------------------|---|---|--|--|--|
| <b>Participantes</b> | Jovens numa relação de namoro<br>3 FG; N = 14 | Jovens numa relação de namoro<br>N = 558                                    | Solteiros, coabitantes, uniões de facto e casados<br>N = 924 | Jovens casais não-coabitantes<br>20 casais                             | Jovens casais recém-coabitantes / casados<br>10 casais |
| <b>Metodologia</b>   | Qualitativo<br>Análise Temática               | Quantitativo  |  | Qualitativo<br>Análise Temática  | Qualitativo<br><i>Grounded Theory</i>                  |
| <b>Instrumentos</b>  | Guião semi-estruturado<br>QSD-R               | QSD-R<br>(Esc. de Atitudes face ao Casamento e Esc. de Compromisso Pessoal) |  | Guião semi-estruturado:<br>Linha de Tempo<br>Mapa de Recursos<br>QSD-R | Guião semi-estruturado<br>QSD-R                        |
| <b>Artigos</b>       | Artigo 2                                      | Artigo 3  | Artigo 4   | Artigos 5 e 6  | Artigo 7   |

### **Focus Groups**

Numa primeira fase (estudo 1), foram desenvolvidos três *Focus Groups*, no sentido de explorar as atitudes dos jovens portugueses face ao casamento e coabitação. Selecionámos esta metodologia pois permite aceder, através da própria linguagem dos participantes e da interacção entre eles, aos seus pontos de vista, crenças e atitudes em relação à temática em causa (Hesse-Biber & Leavy, 2011; Morgan, 1997). Esta metodologia tem como objectivo explorar os processos e as características psicológicas e sócio-culturais de sub-grupos populacionais (Morgan, 1997) e tem-se revelado de grande utilidade no estudo de atitudes no domínio da conjugalidade em contextos pouco conhecidos (e.g., Smith, Duncan, Ketring, & Abell, 2014; L. Williams & Philipquest, 2005), como o que pretendemos estudar<sup>20</sup>.

### **Questionários**

Numa segunda fase, foi desenvolvido um protocolo quantitativo (ver Apêndice B), que pretendia em primeiro lugar, validar para a população portuguesa dois instrumentos de variáveis consideradas pertinentes quer para o domínio da qualidade e estabilidade conjugal, quer para a avaliação de programas de EPC, e para as quais não existiam equivalentes adaptados para a população portuguesa: a *Commitment Scale* (Stanley & Markman, 1992) e a *Marital Attitude Scale* (Braaten & Rosen, 1998). Em segundo lugar, pretendia-se também alargar o conhecimento das atitudes dos jovens portugueses face ao casamento e sua relação com outras variáveis pessoais e relacionais, assim como proporcionar um confronto dos discursos sociais expressos nos FG e apresentados no Enquadramento com o compromisso relacional em diversos estatutos relacionais. Para permitir a validação das escalas e um estudo exploratório inicial da sua expressão na população jovem portuguesa, foram ainda incluídas nos estudos uma escala de avaliação da qualidade relacional, a *Relationship Rating Form - Revised* (RRF-R; Davis, 1996, adapt. por Lind, 2007) e indicadores de *Atitudes face ao Divórcio* (AD; Cunningham & Thornton, 2006) e *Atitudes face à Coabitação* (AC; Cunningham & Thornton, 2007).

### **Entrevistas diádicas**

Por último, e como corpo central dos estudos empíricos desenvolvidos, realizaram-se entrevistas diádicas com dois grupos distintos: namorados não coabitantes e recém- casados/ coabitantes. As entrevistas seguiram um guião semi-estruturado bastante semelhante e foram

---

<sup>20</sup> Para consulta do guião, ver Apêndice C, e para o sistema hierárquico de categorias resultante do estudo, ver Apêndice D. Para exemplos de codificação, consultar o Apêndice 1 (formato *CD-Rom*).

realizadas na presença simultânea de ambos os elementos do casal<sup>21</sup>. Esta metodologia qualitativa foi escolhida pelo seu potencial exploratório (Gilgun, 2005; Hesse-Biber & Leavy, 2011), e, especificamente em formato diádico, por permitir aceder à realidade relacional co-construída pelo casal (o terceiro elemento simbólico), e não somente à dos seus membros individualmente (Arksey & Knight, 1999). Segundo Arksey e Knight (1999) além deste benefício geral, o formato conjunto de entrevistas a casais pode estabelecer mais rapidamente uma relação de maior confiança e descontração, permite facilitar o aprofundamento e alargamento das temáticas discutidas, pela interacção criada, e ainda permite aceder a possíveis tensões ou desacordos, fundamentais para explicitar a complexidade relacional.

Além de perguntas específicas, descritas em cada estudo, o guião continha igualmente alguns materiais de apoio à exploração das temáticas centrais: um esquema simples, a “Linha da Relação”, onde os casais podiam assinalar os momentos mais significativos da sua relação; um esquema mais complexo designado de “Mapa de Recursos do Casal”, criado por Christine Murray (Christine E. Murray & Murray Jr., 2004), que foi traduzido e ligeiramente alterado do original em inglês, com autorização da autora; e uma lista de dimensões normalmente associadas a desafios dos casais (ver Apêndice E).

Foi também tida em conta a devolução de resultados caso os casais pedissem e houve especial cuidado de fazer um encaminhamento para o Serviço à Comunidade da faculdade, se se detectasse alguma dificuldade ou problema/crise individual ou no casal. Este proporcionava-se facilmente, com sensibilidade, visto que no final da entrevista proporcionou-se sempre um tempo para o casal colocar dúvidas, fazer comentários e também partilhar-se um pouco mais do projecto de intervenção desejado, e das várias modalidades oferecidas pelo Serviço à Comunidade.

Em todas as fases de investigação, os participantes foram devidamente informados acerca dos objectivos e contexto da investigação em curso, tendo dado sempre o seu consentimento informado.

---

<sup>21</sup> Para consulta do guião a casais não-coabitantes, ver Apêndice E. Os sistemas hierárquicos do quinto e sexto estudo encontram-se nos Apêndices F e G, respectivamente. Adicionalmente, exemplos de codificação dos mesmos estudos encontram-se nos Apêndices 2 e 3 (formato *CD-Rom*), respectivamente. Para consulta do guião a casais recém-casados/coabitantes, ver Apêndice H. O sistema hierárquico do último estudo encontra-se no Apêndice I, e exemplos de codificação encontram-se no Apêndice 4 (formato *CD-Rom*). Pela especificidade da metodologia de análise qualitativa utilizada no sétimo estudo (*grounded theory*), com conseqüente maior complexidade das categorias emergentes, encontra-se no Apêndice 5 (formato *CD-Rom*) o relatório de todas as categorias, com a respectiva descrição de cada uma.

## Estrutura da Dissertação

Assim, em termos da estrutura da presente tese, o Capítulo I consistiu na revisão da investigação na área em que se pretende intervir, especificamente na vivência actual da conjugalidade e nas dimensões nodais da mesma, seguida da revisão dos programas existentes no domínio específico da preparação para a conjugalidade. Posteriormente, procedeu-se à apresentação dos desafios da investigação e intervenção nestes domínios e à apresentação de linhas orientadoras para investigar e intervir de acordo com as boas práticas reconhecidas internacionalmente no domínio global da prevenção e da intervenção na família e no casal em particular. São esses mesmos princípios que fornecem a base para os objectivos da investigação realizada, o que nos conduz ao ponto em que nos encontramos, no fim do capítulo, com a fundamentação e descrição dos contornos metodológicos do projecto total.

Segue-se, então, a apresentação dos artigos desenvolvidos ao longo do doutoramento, dividida em três capítulos principais. Em primeiro lugar, encontra-se o artigo referente à fundamentação teórica da proposta de intervenção na pré-conjugalidade<sup>22</sup>. Em segundo lugar, três artigos procuram contribuir para uma maior compreensão das trajectórias relacionais amorosas actuais, suas diferenciações e atitudes face a cada uma delas, e incluem o trabalho qualitativo realizado com os FG e o trabalho quantitativo de validação de duas escalas e sua exploração na população: Escala de Compromisso Pessoal e Escala de Atitudes face ao Casamento. Os três artigos seguintes, qualitativos, procuram captar a complexidade da caracterização da população-alvo, suas necessidades, desafios e recursos.

A tese termina com a integração dos resultados dos vários estudos desenvolvidos e do enquadramento realizado inicialmente, aplicando-a directamente à elaboração dum projecto de promoção relacional. Sendo assim, o capítulo V divide-se em: discussão integrada dos principais resultados dos estudos efectuados, apresentação síntese de um programa preventivo, *Casa(I) em Construção*, e reflexões críticas e caminhos futuros.

---

<sup>22</sup> Embora o artigo contenha já sugestões para as diversas componentes do programa de EPC, este aparece em primeiro lugar pois consideramos, como Morin (1994) que “uma teoria não é uma chegada; é a possibilidade de uma partida” (p.257).

## **Capítulo II. Enquadramento Teórico das Intervenções Pré- Conjugais**



## Artigo 1: Designing a premarital intervention project from a family systems approach<sup>23</sup>

---

<sup>23</sup> Monteiro, A. P., & Ribeiro, M. T. (em revisão). Designing a premarital intervention project from a family systems approach. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*.





## Designing a premarital intervention project from a family systems approach

### Abstract

With marriage and divorce in the spotlight, several initiatives have been developed to prevent marital distress and dissolution and promote healthy and satisfying relationships. Premarital and enrichment programs are part of these efforts, with promising results already published (Blanchard, Hawkins, Baldwin, & Fawcett, 2009; Halford, Markman, & Stanley, 2008). With a mainly cognitive-behavioral basis, such programs have showed limitations in their long-term impact, which has led a number of researchers to call out for an integration of more holistic approaches, such as ecological and developmental frameworks, in order to deepen their curriculums (Larson, 2004). Advocating for a family systems theoretical orientation, Murray (2005) appeals to marriage and family counselors to take responsibility for prevention work, linking theory, research and clinical knowledge into the design of effective interventions. We aim to respond to this challenge, going beyond therapeutic practices, and presenting the main cornerstones of systemic thinking and their valuable translations into preventive work. This includes the entire development process of these programs, from conceptualization to implementation, such as goals, evaluation process, themes included, methodologies and techniques, facilitators' roles, contexts and ethics.

*Keywords:* Family Systems Approach, Systemic thinking, Prevention, Enrichment, Premarital programs, Marriage

### Designing a Premarital Intervention Project from a Family Systems Approach

Marital relationships have long been acknowledged for not only their importance on individuals' and couples' well-being but also their impact on children, extended families, communities and societies (Pihet, Bodenmann, Cina, Widmer, & Shantinath, 2007; Waite, 1995). In spite of their centrality in people's lives, marriage has undergone innumerable challenges, as divorce rates reach almost 50% in several occidental countries and research results point to the negative effects of marital distress in all aspects of life (Carroll & Doherty, 2003). Although with limitations, decades of research, theory development and clinical practice on couples and families have built up to a solid baggage of knowledge that provides a more complete picture of couples' dynamics and that can guide the development of effective marital interventions (Holman, 2001; Stanton, 2009).

Many epistemologies coexist but the core of the couple and family research and intervention field has been the systemic epistemology. Deeply connected to family therapy at its beginnings, and then rapidly to family psychology in general, it has grown, adjusted and expanded to new frontiers, as family systems theories develop, including post-modern and other constructivist approaches (Carr, 2008; Sexton, 2012). Since its geneses, the systemic approach has been characterized by its wideness, integrating different models, so often debating among themselves and some even rejecting the "systemic" label (Jones, 1993). Nevertheless, all of them share organizing principles, an underlying thinking that in itself promotes diversity and integration of each models' specific contributions to systemic research and practice. As Sexton (2012) puts it, a systemic epistemology "offers an umbrella that both guides and directs the focus of practice and research" (p. 64). Under this general 'umbrella', we can find, to name a few, ecological models (Bronfenbrenner, 1994), solution-focused and narrative approaches (Chang & Nylund, 2013), family resilience frameworks (Walsh, 1998) and existential and interactional models such as EFT (Johnson, 2004) and Gottman's model (Gottman et al., 2002). In this diversity, some have affirmed that a systemic framework can provide the ingredients to a unified psychology, capable of moving science and practice forward, specifically in couple and family therapy (Magnavita, 2012). Although this field has been the most explored by family systems practitioners, it has also been widely applied to organizational, educational and community settings. Family systems theory has gone beyond remedial, clinical interventions and has entered the prevention field, guiding programs mainly in health contexts, addressing for example suicide (e.g., Sanddal, Sanddal, Berman, & Silverman, 2003), alcohol and drugs abuse (e.g., Gorman et al., 2004), and mental disorders in general (e.g., Caplan & Caplan, 2000).

Still very few studies have explicitly applied this framework to prevention work in the marriage and couple relationships' field. Marital prevention and enhancement programs have been receiving increasing attention since two decades ago till nowadays (e.g., Berger & Hannah, 1999; Carroll & Doherty, 2003; Christensen & Heavey, 1999; Duncan & Goddard, 2011b; Stanley, 2001) but have been mainly explored by cognitive-behavioral (CB) authors, such as Stanley, Markman, Halford and others (e.g., Halford, Sanders, & Behrens, 2001; Markman, Stanley, Jenkins, Wadsworth, & Petrella, 2006). For decades these researchers have been applying CB principles to psycho-educational programs that aim to prevent marital distress and divorce, as well as to promote relationship satisfaction. They are deeply invested in supporting couples through skills training in areas such as communication and conflict/problem resolution, at the same time being relentless in publishing their results and disseminating their knowledge through articles, books, online resources and training (e.g., Halford, 2011; Halford & Bodenmann, 2013; Halford et al., 2010; Scott, Rhoades, Stanley, Allen, & Markman, 2013; Silliman et al., 2002; Stanley, Rhoades, Olmos-Gallo, & Markman, 2007).

However outcome studies of these programs have shown several limitations in their impact, particularly in their long-term results (Baucom, Hahlweg, Atkins, Thurmaier, & Engl, 2006; Halford et al., 2001), which has led their authors to incorporate more positive themes, such as friendship and fun, commitment, and love, instead of focusing essentially on deficits and skills-training (Halford, Markman, Kline, & Stanley, 2003). At the same time, a number of researchers have issued calls to the use of ecological and developmental frameworks, in order to expand curriculums and promote deeper and more durable impact on the couples (Larson, 2004; Christine E. Murray, 2005). Larson (2004) affirms that comprehensive ecosystemic models are needed to improve on what has already been done in the field of marriage education, as they provide "an overarching theoretical scheme" (p. 423) not only to organize research and understand the couple but also to develop educational interventions. Likewise, Murray (2005) believes that systems theory "readily applies to prevention work with families" (p.29), as it offers a comprehensive understanding of couples' health and development, pinpointing not only the relational processes but the significance of contextual influences on couple and family dynamics. More recently, several articles have regarded the challenges and applications of systemic thinking, highlighting its potential in guiding research and intervention programs (e.g., Sexton, 2012; Stanton & Welsh, 2012). We believe that the application of systemic paradigms can go indeed beyond therapeutic practices with couples and expand its influences in the preventive field, informing the development of meaningful and effective interventions.

Some preventive programs have applied models with a systemic framework to their program development processes, from conceptualization to implementation, as in Murray's

solution-focused premarital counseling (Christine E. Murray, 2008; Christine E. Murray & Murray Jr., 2004); Olson's PREPARE/ENRICH programs (Olson & Olson-Sigg, 1999); Gottman's based program for premarital couples (Barnacle & Abbott, 2009) and for low-income, violent couples (Bradley, Friend, & Gottman, 2011); Wetzler, Frame, and Litzinger (2011) marriage education program, based on Gottman's and EFT models; and Wittenborn, Faber, and Keiley (2012) attachment based premarital program. Also, some efforts have been made to translate a specific model into suggestions for preventive programs' curriculum such as Hicks, McWey, Benson, and West (2004) study based on Gottman's model. Nonetheless, and despite the recommendations presented, very few authors have aimed explicitly at translating systemic epistemology into practical insights for preventive programs for couples, exceptions being Olson's and Larson and Holman's work (Holman, 2001; Larson & Holman, 1994; Olson, 2000; Olson & Olson-Sigg, 1999). So our goal is to contribute to the field and respond to the issued challenge, linking the main cornerstones of systemic thinking to preventive marital interventions, specifically to premarital programs. Similar translations can be made to marriage enrichment programs and parental education. At the end, we hope to have answered the question of, 'What would a systemic informed prevention program for premarital couples look like?'

For that, we start by presenting defining aspects of the systemic 'umbrella' (Sexton, 2012), the common features that can guide the translation of this approach to the design of prevention programs. Building on the reflection by Stanton and Welsh (2012) and integrating it with some systemic classics and other sources (e.g., Bray & Stanton, 2009; Jones, 1993; Steinglass, 1978), we highlight five key systemic dimensions and how they articulate with a specific comprehension of the beginnings of the marital relationship. We then proceed to analyze the implications of adopting such a framework to the different steps of developing a marital preventive program and provide practical examples of how it can be translated into the planning and implementation processes.

### **Key Dimensions of a Systemic Paradigm**

#### **Systems and Hierarchies**

Firstly, the systemic paradigm sees individuals, couples, families and their contexts as systems (Bertalanffy, 1968). This offers powerful lens to comprehend relationships from a holistic point of view, where the whole does not equal the sum of its parts but is a new and creative entity of interactions, meanings, times and spaces (Bateson, 1987). In order to understand and change a couple (a whole), one must take into account that its members (the parts) are involved in a web of consistent relationships and mutual inter-dependence with each other but also with other systems in which they are involved in a series of hierarchical levels.

Thus the members of a couple are first of all individual systems, which form the marital and parental systems, which in turn are also integrated in several different contexts such as work, social networks, community and social, economic and political systems. Such comprehension comes hand in hand with the ecological perspective of Bronfenbrenner (1994) that contemplates not only these multi-levels, from individual to chronosystem, but also the relationships between them, e.g., the marital system and its relations with family of origin, work places, community organizations, socio-cultural influences, political and economic context, etc.

### **Boundaries and Rules**

Another central dimension of the systemic paradigm is boundaries and rules (Steinglass, 1978). One can only talk about wholeness and interaction because systems are defined by boundaries, which can be more or less permeable. The establishment of an adaptive openness to other systems, external to the marital couple, such as family of origin and social network, is a crucial task in the creation and protection of a couple's identity, its 'sense of belonging' as Minuchin (1974) puts it. Steinglass (1978) gives a clear applied example of this dimension, pointing out the stress that can be involved in the relationship between a couple and its social network: take the case of two men, good friends, and one, quite open, accessible and available, marries and so is now part of a marital system. The single man will soon understand that there are different boundaries, as his friend now asks his wife's opinion before 'going out with the guys' or doesn't do so many spontaneous social gatherings at his place. He starts to notice that he doesn't relate to his friend anymore, but has to, in fact, deal with the couple, even when alone with him. When a couple is being formed, each individual brings its own set of experiences, mainly from their family background, but new rules are negotiated and developed. Even the ordinary tasks are imbued with meaning (e.g., who cooks, cleans, manages finances, organizes holidays) as the couple explores and defines roles, adjusting expectations and styles. It is important to remember that as the marital system is shaped, two individual systems are involved and so is each of their boundaries. The focus of the couple's identity doesn't imply a process of enmeshment but a balanced integration of separateness and togetherness (Minuchin, 1974). As Caillé (1991) so well summarizes, one plus one equals three, the "me, you and us" as triple components of the relationship.

### **Development and Change**

The identity of the couple can be looked at through synchronic lenses, as a still picture in time and space, allowing for a description of its organization, rules and boundaries but a couple is also a system moving through time (Stanton & Welsh, 2012). The couple has a story, a past, a present and a future; it is capable of keeping an organized structure but at the same time has the ability to change. Working together are mechanisms such as negative feedback that

allows for changes *in* the system, like small corrections, and positive feedback that facilitates changes *of* the system, driving the system beyond its limits and promoting innovation (Jones, 1993). This happens throughout the story of the couple, mainly in major life changes, such as marriage, the birth of a first child, an illness. Systems theory truly values the dimension of time, making room for family life-cycle models that incorporate a comprehension of normative and unexpected transitions (Carter & McGoldrick, 1988). It is in these transitions that the complex network of dimensions articulates most significantly, forming the ingredients that allow for deep or second-order change (Pina-Prata, 1983; Paul Watzlawick, Bavelas, & Jackson, 2011). For instance, when transitioning to marriage, couples have to negotiate past, present and future dimensions in an effort to articulate their present relationship, with the delineation of their identity and new rules and boundaries, with their past stories and family of origin rules and organization, and with their goals and expectations for a common future. They also have to take into account individual, marital, social and cultural systems (e.g., new interactions within the couple, new social networks, new cultural roles). Such confluence of dimensions can only result in natural tensions, possible sources of crisis and change. In this framework, crisis is nonetheless an opportunity for the system's positive self-reorganization at the same time that the openness of the system allows outsider forces to assist and challenge it (Carter & McGoldrick, 1988). Transitions such as marriage are therefore a pertinent timing for interventions.

### **Complexity and Reciprocity**

Systems epistemology also brings great value in opposing linear thinking and resisting simplistic models of cause-effect (Stanton & Welsh, 2012). Complexity is only obvious when considering interactions within and between systems, changing through time and space (Morin, 1994). Couples are involved in a web of reciprocity and interdependent interactions, influencing each other, in a circular dynamic. Hence the importance of accepting mutual responsibility and having the ability to move beyond one's point of view and adopt different perspectives, through empathy (Stanton & Welsh, 2012). However, postmodern models such as narrative therapy have alerted for the risk of losing the individual in this conception of reciprocity (Carr, 2006). In contrast with more traditional systemic models, they privilege "the power of the individual to choose the narrative by which he or she lives" (Carr, 2006, p. 137). A balance is needed, with systemic models that include individual factors and responsibility but that resist individualistic extremes.

With complexity, comes the recognition and valorization of creativity and openness to the unexpected (Bateson, 1987; Sexton, 2012). A person is not destined to a specific fate, as the concept of multifinality so well comprises, when stating that the same starting point can lead to different results, and also is not required to follow one specific path, as a same goal can be

achieved from different starting conditions (equifinality). Complexity always brings the unexpected and the uncontrolled but at the same time allows for the possibility of reorganization and change and hope, so well highlighted by family resilience models (Walsh, 1998). When considering the webs of reciprocity, change in the system and inter-systems is possible even through a small input, given at a significant time, in a significant element. The transition to marriage can be just that time, where the system is open enough to accept external inputs and promote adaptive and creative changes.

### **Patterns and Communication**

But complexity doesn't mean disorganization. In fact, the systemic approach highlights the importance of patterns and schemas (Magnavita, 2012). On one hand, it values patterns of relational structures that each individual bring to the couple dynamics, such as patterns from family of origin and other generations (Bowen, 1976) and patterns of attachment (Bowlby, 1969; Johnson, 2004). On the other, it focus on patterns of meanings and beliefs (Carr, 2008) and patterns of interaction and communication (Gottman & Notarius, 2000; P. Watzlawick, 1977). Although past experiences are crucial for the system, it is how the couple punctuates its impact and manages everyday interactions that builds the particular dance that defines it. Communication, in its verbal and nonverbal features, is therefore a central dimension that can facilitate or block adaptive patterns and changes. New patterns of behavior and meanings can be constructed, within the couple and proposed by other systems (e.g, therapists), in a dialogue that has the power to build new narratives and open new possibilities. Questioning is a way of promoting such a dialogue, through circular communication, where each member of the system is challenged to recognize patterns and become aware of how actions and emotions influence each other<sup>24</sup> (Palazzoli-Selvini, Boscolo, Cecchin, & Prata, 1980). This allows for a construction of a shared meaning, a common answer, created by the couple and not imposed by the practitioner (Payne, 2006).

### **Suggestions of Application to Premarital Programs**

We now suggest some practical examples of an effort to coherently apply systemic thinking to a non-therapeutic intervention such as premarital counseling or education, covering the main steps of a program design. These originate from our research and clinical experience and are naturally integrated with relevant sources on best practices in preventive couple interventions (Adler-Baeder, Higginbotham, & Lamke, 2004; Halford, 2004; Halford et al., 2003; Larson, 2004; Small, Cooney, & O'Connor, 2009).

---

<sup>24</sup> In fact, questioning is the central technique of Shazer's Solution-Focused model (Molnar & de Shazer, 1987).

## Assessment

First of all, it is important to reflect on assessment issues. Each couple is unique so applying a program without taking into account the diversity of the participants can be a fruitless effort. It is fundamental to know the population with which one wants to intervene, and so to develop a *needs assessment*. One way of attending to this aspect is to gather research done with culturally and socially relevant samples, instead of relying on studies developed with (possibly) very distinct populations (Adler-Baeder et al., 2004). A second more specific way is to have a needs assessment with the participants of each intervention group, before the program starts. One can use already established inventories, which are quite extensive and detailed (e.g., (e.g., Larson, Vatter, Galbraith, Holman, & Stahmann, 2007; Olson & Olson-Sigg, 1999), or one can opt for a shorter concise evaluation, through an interview or a written survey with lists and open-ended questions. Either way, this must be considered a central step, where the team can identify and affirm the couples' strengths and resources and their capacity to organize and self-regulate, and not only their vulnerabilities and risks. Accordingly one can, for example, give more or less focus to some topics of the program to deliver it more effectively.

This process of tailoring the program must continue throughout the implementation of the program, through a *process assessment*, done not only by the team, but also by the participants, in order to make the proper adjustments and corrections.

Finally, it is fundamental to *assess the program's results*. The first contact can be used to develop a pre-intervention evaluation, then repeated at the end of the program, and in follow-up moments. The assessment protocol can include questionnaires but qualitative instruments should be considered, such as diagrams and interviews with each couple or groups of couples, as in Focus Groups (Wittenborn, Keiley, & Sprenkle, 2012). Naturally, the assessment issues are deeply related to the variables that one wishes to evaluate, and how one wishes to measure them.

## Goals and Measures

According to systemic principles, the *goals* of a preventive intervention with couples, its outcomes, should express couple relationships that are contexts of individual, relational and community development, throughout the family life-cycle. Not functional couple relationships, but satisfying, rich, safe, creative and durable marriages, positively integrating and relating to different systems and times, as Bertalanffy (1968) says, "to awake creative potentialities is more important than a passive adjustment" (p. 292). As questioning is such an important aspect of



systemic thinking, we give some examples of goals<sup>25</sup>, based on questions about the couple's (we) identity (who), resources, potentialities and challenges (what) and processes (how) throughout systems (Table 1).

Table 1. *Orienting questions and goals for a premarital prevention program*

| Questions  | Goals  |
|--|--|
| Who are WE?  | To promote a sense of commitment and couple's identity.  |
| What do I bring to the WE and how does it impact the WE? | To promote differentiation and an individual and relational reflection on personal characteristics and their impact of the relationship.                                   |
| How are WE?  | To increase awareness of interactional patterns and to the significance of communication, emotions and cognitions in relationships.  |
| What do WE have?   | To identify and value existing individual, relational and external strengths and resources.  |
| What can WE have and be?                                 | To develop know-how and skills that can improve positive communication and conflict resolution, that can promote intimacy and general life skills.                         |
| What exists around/between/over us?                      | To identify different contexts that can serve as stressors or resources.   |
| How can WE relate to other systems?                      | To promote a healthy balance between openness and limits to other systems.   |
| How will WE be in the future?                            | To promote a developmental and family-cycle perspective, integrating the past, reflecting on the present and anticipating the future, with its challenges and transitions. |
| What can WE offer?                                       | To promote a vision of future and contribution, such as in parenting and in the couples' contexts of influence.  |

<sup>25</sup> Other general goals can be formulated and naturally more specific goals can be developed but our aim is no to exhaust the theme but mainly to provide some guidelines and examples.

Some of these goals can be easily linked to *measures and assessment techniques*. Genograms and social network diagrams can be used to assess boundaries, relations between systems, etc. Resource maps (Christine E. Murray & Murray Jr., 2004) and commitment and intimacy questionnaires can be applied. Others seem to be so broad that qualitative methods are necessary, such as interviews with the couple or in a group context as in Focus Groups (Daire et al., 2012). Feedback from staff is also vital (Duncan & Goddard, 2011a; Rowden, Harris, & Stahmann, 2006). It is important to point out that these methodologies can be hard to operationalize and publish in a mainly non-systemic epistemological world (Sexton, 2012). It brings a dilemma that many systemic and postmodern researches face: the predominantly North American need for empirical support for any kind of intervention, versus systemic frameworks that oppose the empirical approaches that quantify lived experience, specify normality, and dis-member persons and systems. As Carr (2006) says regarding narrative therapies, maybe that explains why these models “[have] been slow to come to the EBP<sup>26</sup> table, or [have] put up principled resistance to the pressure to sell out”.

### **Topics**

After defining the program goals and their assessment, it's easier to develop the contents, i.e., the curriculum of the intervention. As mentioned before, questions can lead the curriculums' development, including issues of identity, resources and challenges and processes. It is important to address the program's procedural issues right at the beginning, such as rules of the group and clarification of expectations. While discussing the goals of the intervention, myths about marriage and couple relationships can be covered (Larson, 2003). The team can then focus on couples' identity, values and rules, exploring couples' story and projecting the future. A development perspective should be conveyed, highlighting the inevitability of change as the family lifecycle and its transitions are discussed. Issues such as commitment and investment can easily be introduced. As described in the goals section, these programs must also cover individual issues, such as personality and gender issues, family of origin backgrounds, personal stories and values, focusing on their contribution to the couple dynamics and adjustment, and consequently linking them to the importance of relational processes, such as communication, conflict and problem resolution, and expression of emotions. Intimacy, friendship and sexuality themes should be most valued, through knowing the other, investing in friendship and couple time, being a safe base, shared values and common mission. General life skills can also be addressed, such as empathy, emotional support, active listening, curiosity, flexibility, finances and time management. This can serve as transition to discuss other systems

---

<sup>26</sup> Empirically based practices

and their present or anticipated influence, such as families of origin, social networks and support systems, work contexts, and community, political and social context, identifying stressors and resources and discussing proper boundaries. The socio-cultural contexts and future can finish the journey, discussing issues such as parenting, community involvement, volunteering, and generosity.

### **Structure and Methodologies**

How one works through the topics, how they are presented and developed is as important as the contents themselves. CB interventions are typically characterized by structured and more instructional formats. These are quite distant from some systemic intervention models, where the therapist works collaboratively with the couple, constructing meanings, rituals, new interactions. We then propose a use of a more semi-structured, flexible format, assured that a same goal can be achieved from different starting conditions (equifinality). Instead of a manual, typical of CB programs, one can use a folder that each couple receives at the beginning of the program and starts filling with activity sheets, notes, exercises answers, drawings, pictures, etc., building a story of their journey throughout the premarital sessions. This allows changing more easily the order or the prominence of the topics, according to the needs and characteristics of the couples and group.

This brings us to another methodological option. Although you can work with either individuals or couples, it is important to remember the significance of the system, the wholeness of the couple. Therefore, it is central to work with the couple and if possible with a group of couples. It is not only a way of wisely use available resources, but it recreates a social system in the program's context, creating opportunities to expand on the couples' social networks (forming supportive relationships with other couples and the facilitators) and also to confront the couple with other systems, discussing boundaries and couple identity as well as promoting divergent opinions and more creative interactions. However care is needed to avoid intrusiveness or to raise sensitive issues that cannot be properly taken care of during a preventive program, in a group context (cf. Halford, 2004).

Finally, it would be of increased value to develop a concept of a *project*, not only a program with a specific number of sessions, but a holistic intervention that involves the couple with the community and involves the community in couples' care. Wetzler et al. (2011), for example, invited some of the couples that finished the program to participate in an open house to share their experiences with new couples. Bradbury and Karney (2004) take it to another level of ambition, challenging practitioners to go beyond the couples and aim for "change in environments and conditions that impinge on marriages and families", in a community and social effort to enhance couple and family well-being.

### **Techniques and Activities**

Techniques and activities should also be coherent with the goal of promoting the creative potentialities of the couple (Bertalanffy, 1968).

Although some instructional moments can take place, we believe it is advantageous to provide information through questioning, allowing for confrontational and meaning exploration moments. Examples of solution-focused questioning can be found in Christine E. Murray and Murray Jr. (2004) study. Some systemic techniques often used in therapy can also be transposed to a preventive context, like genograms (McGoldrick, Gerson, & Petry, 2008) to explore family of origin issues (e.g., the couple can draw each other genogram) and the social network map (Sluzki, 2010) to address significant others, boundaries and support sources. The program should also include experiential and symbolic activities that bring emotions to the table (Adler-Baeder et al., 2004). Arts and movies are techniques that have been found useful as they deviate from classroom settings and promote creativity and unique expressions from each couple (Hudock & Warden, 2001). Skills' training regarding communication and problem resolution is important but must allow for meaning discussion and values reflection. Gottman and Silver (1999) share insights and activities that can help couples explore values and meanings embedded in their conflicts. Metaphors are also very useful when discussing some topics (e.g., couple's relationship as a journey, a tree growth, a dance, a house building), and also when developing activities, e.g., one can write down their expectations and fears regarding sexuality but instead of just sharing them with the partner, one can put the written paper inside a pretty box, make a bow and offer it as a gift, something to be intimately cherished. It is also important to balance individual, couple and group discussions and to provide some homework that allows for more reflexive and intimate sharing.

### **Practitioners' Role and Characteristics**

In the midst of all design, the role of the practitioner is crucial. Firstly, according to best practices in systemic family therapy, we advocate for a team of facilitators. They should be well trained but do not present themselves as experts or teachers, but facilitators or consultants. They aim to facilitate discussion, promote reflection, support growth, share knowledge, valuing and working collaboratively with the couples. As Stanton and Welsh (2012) put it, it is the team responsibility to promote "a caring context, communication of professional expertise and appreciation for the clients' expertise" (p. 23).

### **Contexts**

Preventive efforts can be developed in more controlled settings, such as universities and research centers, so to expand knowledge and perfect the programs. Therapists can also expand their private practice's services, providing premarital counseling to couples and groups

(Christine E. Murray, 2005; Stahmann, 2000). But it is also crucial to engage in community settings, such as religious and social organizations (Halford et al., 2003). These are the contexts that are more proximal and relevant to day-to-day lives so practitioners can develop more specific interventions, adequate to the community characteristics and needs. Other way of promoting preventive programs in these contexts is by serving as consultants and training clergy and lay persons to provide them themselves, as research has proved them to be as or more effective than therapists (Stanley et al., 2001).

### **Ethical Issues**

At last, a preventive effort within a systemic framework has to consider ethical issues. Firstly it must take into account the dignity, value and agency of each couple, in a way that the whole program respects the couple's characteristics and life projects. Secondly, the fact that we recognize the subjectivity of knowledge and the complexities of each couple doesn't deny the responsibility of the team and its actions (Jones, 1993). Although we focused on preventive interventions, the facilitators have to be conscious of their impact on the couple system. Therefore, each facilitator must be qualified and competent, well trained and supervised, when needed (Christine E. Murray, 2005).

### **Conclusion**

As Murray (2005) mentions, existing research on the fundamental domains of relationship and family development and distress, as well as the undeniable centrality of couple relationships, validates the need for early intervention with couples and families and systemic practitioners can give a relevant contribution in expanding the practice of developmental and holistic prevention work that supports family relationships. In the complexity and richness of decades of research results (Gottman & Notarius, 2002; Hawkins, Carroll, Doherty, & Willoughby, 2004; Larson & Holman, 1994), we believe that the systemic epistemology can provide a solid and useful framework to organize their main implications and develop coherent, efficient and meaningful preventive and relationship enhancement programs, such as premarital counseling.

While embracing complexity and refusing linear thinking, such epistemology implies great challenges to practitioners and researchers who aim for evidence-based practices. It does in fact offer increased difficulties in program assessment and publishing but as Chang and Nylund (2013) put it, "postmodern therapists and researchers must tackle the need for empirical support on its own terms (see Strong & Gale, 2013), while continuing to critique logical-positivist science" (p. 77).

Despite the tasks ahead, we hope to have rightfully embraced the issued challenge, taking systemic theory application a step forward. The prevention field of marital relationships

is a wide and significant one, in which systemic researchers and practitioners can have a valuable impact. As Murray (2005) claims, preventive work is also a professional responsibility. Preventive and premarital interventions can just be a drop of water in an ocean of possibilities and intervention needs but we are left hopeful by Guastello and Liebovitch (2009) words, that “a small input at the right time can produce a dramatic result” (p.1).

### References

- Adler-Baeder, F., Higginbotham, B., & Lamke, L. (2004). Putting empirical knowledge to work: Linking research and programming on marital quality. *Family Relations*, *53*, 537-546. doi: 10.1111/j.0197-6664.2004.00063.x
- Barnacle, R. E. S., & Abbott, D. A. (2009). The Development and Evaluation of a Gottman-Based Premarital Education Program: A Pilot Study. *Journal of Couple & Relationship Therapy: Innovations in Clinical and Educational Interventions*, *8*, 64 - 82. doi: 10.1080/15332690802626734
- Bateson, G. (1987). *Steps to an ecology of mind: Collected Essays in Anthropology, Psychiatry, Evolution, and Epistemology*. New Jersey: Jason Aronson Inc.
- Baucom, D. H., Hahlweg, K., Atkins, D. C., Thurmaier, F., & Engl, J. (2006). Long-term prediction of marital quality following a relationship education program: Being positive in a constructive way. *Journal of Family Psychology*, *20*, 448-455. doi: 10.1037/0893-3200.20.3.448
- Berger, R., & Hannah, M. T. (Eds.). (1999). *Preventive Approaches in Couples Therapy*. Philadelphia: Brunner/Mazel.
- Bertalanffy, L. (1968). *Teoria geral dos sistemas*. São Paulo: Vozes.
- Blanchard, V., Hawkins, A., Baldwin, S., & Fawcett, E. (2009). Investigating the effects of marriage and relationship education on couples' communication skills: A meta-analytic study. *Journal of Family Psychology*, *23*, 203-214. doi: 10.1037/a0015211
- Bowen, M. (1976). Theory and practice of family therapy. In P. J. Guerin Jr. (Ed.), *Family therapy: Theory and practice* (pp. 42-90). New York, NY: Gardner Press.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. New York, NY: Basic Books.
- Bradbury, T. N., & Karney, B. R. (2004). Understanding and altering the longitudinal course of marriage. *Journal of Marriage and Family*, *66*, 862-879. doi: 10.1111/j.0022-2445.2004.00059.x
- Bradley, R. P., Friend, D. J., & Gottman, J. M. (2011). Supporting Healthy Relationships in Low-Income, Violent Couples: Reducing Conflict and Strengthening Relationship Skills and Satisfaction. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, *10*(2), 97-116. doi: 10.1080/15332691.2011.562808
- Bray, J. H., & Stanton, M. (2009). *The Wiley-Blackwell Handbook of Family Psychology*. Oxford, United Kingdom: Wiley-Blackwell.
- Bronfenbrenner, U. (1994). Ecological models of human development *International Encyclopedia of Education* (2nd. ed., Vol. 3). Oxford: Elsevier.
- Caillè, P. (1991). *Um e um são três: O casal se auto-revela*. SP, Brasil: Summus Editorial.

- Caplan, G., & Caplan, R. B. (2000). The future of primary prevention. *The Journal of Primary Prevention, 21*, 131-136. doi: 10.1023/A:1007062631504
- Carr, A. (2008). *Family therapy: Concepts, process and practice* (2nd ed.). Chichester, UK: John Wiley & Sons Ltd.
- Carr, A. (2008). Theories That Focus on Belief Systems. *Family Therapy: Concepts, Process and Practice* (2nd ed., pp. 110-153). Chichester, UK: John Wiley & Sons Ltd.
- Carroll, J. S., & Doherty, W. J. (2003). Evaluating the effectiveness of premarital prevention programs: A meta-analytic review of outcome research. *Family Relations, 52*, 105-118. doi: 10.1111/j.1741-3729.2003.00105.x
- Carter, B., & McGoldrick, M. (1988). *The changing family life cycle: A framework for family therapy* (2nd ed.). New York, NY, US: Gardner Press.
- Chang, J., & Nylund, D. (2013). Narrative and Solution-Focused Therapies: A Twenty-Year Retrospective. *Journal of Systemic Therapies, 32*(2), 72-88. doi: 10.1521/jsyt.2013.32.2.72
- Christensen, A., & Heavey, C. L. (1999). Interventions for couples. *Annual Review of Psychology, 50*(1), 165-190. doi: 10.1146/annurev.psych.50.1.165
- Daire, A. P., Harris, S. M., Carlson, R. G., Munyon, M. D., Rappleyea, D. L., Beverly, M. G., & Hiett, J. (2012). Fruits of Improved Communication: The Experiences of Hispanic Couples in a Relationship Education Program. *Journal of Couple & Relationship Therapy, 11*, 112-129. doi: 10.1080/15332691.2012.666498
- Duncan, S. F., & Goddard, H. W. (2011a). Designing Comprehensive Family Life Education Prevention Programs. In S. F. Duncan & H. W. Goddard (Eds.), *Family life education: Principles and practices for effective outreach* (2nd ed., pp. 27-55). Thousand Oaks, CA: SAGE Publications, Inc.
- Duncan, S. F., & Goddard, H. W. (Eds.). (2011b). *Family Life Education: Principles and Practices for Effective Outreach*. Thousand Oaks, CA: SAGE Publications, Inc.
- Gorman, D., Grueunewald, P., Hanlon, P., Mezic, I., Waller, L. A., Castillo-Chavez, C., . . . Mezic, J. (2004). Implications of Systems Dynamic Models and Control Theory for Environmental Approaches to the Prevention of Alcohol-and Other Drug Use-Related Problems. *Substance Use & Misuse, 39*, 1713-1750. doi: 10.1081/JA-200033215
- Gottman, J. M., & Notarius, C. I. (2000). Decade review: Observing marital interaction. *Journal of Marriage & the Family, 62*, 927-947. doi: 10.1111/j.1741-3737.2000.00927.x
- Gottman, J. M., & Notarius, C. I. (2002). Marital research in the 20th century and a research agenda for the 21st century. *Family Process, 41*(2), 159-197. doi: 10.1111/j.1545-5300.2002.41203.x



- Gottman, J. M., Ryan, K. D., Carrère, S., Erley, A. M., Liddle, H. A., Santisteban, D. A., . . . Bray, J. H. (2002). Toward a scientifically based marital therapy. In H. A. Liddle, D. A. Santisteban, R. F. Levant & J. H. Bray (Eds.), *Family psychology: Science-based interventions* (pp. 147-174). Washington, DC: American Psychological Association.
- Gottman, J. M., & Silver, N. (1999). *The Seven Principles for Making Marriage Work*. New York: Three Rivers Press.
- Guastello, S. J., & Liebovitch, L. S. (2009). Introduction to nonlinear dynamics and complexity. In S. J. Guastello, M. Koopmans & D. Pincus (Eds.), *Chaos and complexity in Psychology: Theory of nonlinear dynamics* (pp. 1-40). New York: Cambridge University Press.
- Halford, W. K. (2004). The future of couple relationship education: Suggestions on how it can make a difference. *Family Relations*, *53*, 559-566. doi: 10.1111/j.0197-6664.2004.00065.x
- Halford, W. K. (2011). *Marriage and relationship education: What works and how to provide it*. New York: Guilford Publications.
- Halford, W. K., & Bodenmann, G. (2013). Effects of relationship education on maintenance of couple relationship satisfaction. *Clinical Psychology Review*, *33*, 512-525. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.cpr.2013.02.001>
- Halford, W. K., Markman, H. J., Kline, G. H., & Stanley, S. M. (2003). Best practice in couple relationship education. *Journal of Marital & Family Therapy*, *29*, 385-406. doi: 10.1111/j.1752-0606.2003.tb01214.x
- Halford, W. K., Markman, H. J., & Stanley, S. M. (2008). Strengthening couples' relationships with education: Social policy and public health perspectives. *Journal of Family Psychology*, *22*, 497-505. doi: 10.1037/a0012789
- Halford, W. K., Sanders, M. R., & Behrens, B. C. (2001). Can skills training prevent relationship problems in at-risk couples? Four-year effects of a behavioral relationship education program. *Journal of Family Psychology*, *15*, 750-768. doi: 10.1037/0893-3200.15.4.750
- Halford, W. K., Wilson, K., Watson, B., Verner, T., Larson, J., Busby, D., & Holman, T. (2010). Couple relationship education at home: Does skill training enhance relationship assessment and feedback? *Journal of Family Psychology*, *24*, 188-196. doi: 10.1037/a0018786
- Hawkins, A. J., Carroll, J. S., Doherty, W. J., & Willoughby, B. (2004). A Comprehensive Framework for Marriage Education. *Family Relations*, *53*, 547-558. doi: 10.1111/j.0197-6664.2004.00064.x
- Hicks, M. W., McWey, L. M., Benson, K. E., & West, S. H. (2004). Using What Premarital Couples Already Know to Inform Marriage Education: Integration of a Gottman Model

- Perspective. *Contemporary Family Therapy: An International Journal*, 26, 97-113. doi: 10.1023/B:COFT.0000016915.27368.0b
- Holman, T. B. (2001). *Premarital prediction of marital quality or breakup: Research, theory and practice*. New York: Springer.
- Hudock, A. M., & Warden, S. A. G. (2001). Using movies to teach Family Systems concepts. *The Family Journal*, 9, 116-121. doi: 10.1177/1066480701092005
- Johnson, S. M. (2004). *The Practice of Emotionally Focused Couple Therapy: Creating Connection* (2nd ed.). New York: Brunner-Routledge.
- Jones, E. (1993). *Family Systems Therapy: Developments in the Milan-systemic Therapies* Sussex, England: John Wiley & Sons.
- Larson, J. H. (2003). *The Great Marriage Tune-Up Book: A Proven Program for Evaluating and Renewing Your Relationship*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Larson, J. H. (2004). Innovations in marriage education: Introduction and challenges. *Family Relations*, 53, 421-424. doi: 10.1111/j.0197-6664.2004.00049.x
- Larson, J. H., & Holman, T. B. (1994). Premarital predictors of marital quality and stability. *Family Relations*, 43, 228-237. doi: 10.2307/585327
- Larson, J. H., Vatter, R. S., Galbraith, R. C., Holman, T. B., & Stahmann, R. F. (2007). The RELATionship Evaluation (RELATE) With Therapist-Assisted Interpretation: Short-Term Effects on Premarital Relationships. *Journal of Marital And Family Therapy*, 33, 364-374. doi: 10.1111/j.1752-0606.2007.00036.x
- Magnavita, J. J. (2012). Advancing clinical science using system theory as the framework for expanding family psychology with unified psychotherapy. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, 1, 3-13. doi: 10.1037/a0027492
- Markman, H. J., Stanley, S. M., Jenkins, N. H., Wadsworth, M. E., & Petrella, J. N. (2006). Preventive Education: Distinctives and Directions. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 20, 411-433.
- McGoldrick, M., Gerson, R., & Petry, S. (2008). *Genograms: Assessment and Intervention* (3rd ed.). NY, USA: W. W. Norton & Company.
- Minuchin, S. (1974). *Families and Family Therapy*. Cambridge: Harvard University Press.
- Molnar, A., & de Shazer, S. (1987). Solution-focused therapy: Toward the identification of therapeutic tasks. *Journal of Marital And Family Therapy*, 13, 349-358. doi: 10.1111/j.1752-0606.1987.tb00716.x
- Morin, E. (1994). *Ciência com consciência*. Mem Martins: Publicações Europa-América.
- Murray, C. E. (2005). Prevention Work: A Professional Responsibility for Marriage and Family Counselors. *The Family Journal*, 13, 27-34. doi: 10.1177/1066480704269179

- Murray, C. E. (2008). *Just Engaged: Prepare for Your Marriage before You Say "I Do"*. MA, USA: Adams Media.
- Murray, C. E., & Murray Jr., T. L. (2004). Solution-Focused Premarital Counseling: Helping Couples Build a Vision for Their Marriage. *Journal of Marital And Family Therapy*, *30*, 349-358. doi: 10.1111/j.1752-0606.2004.tb01245.x
- Olson, D. H. (2000). Circumplex Model of Marital and Family Systems. *Journal of Family Therapy*, *22*, 144-167. doi: 10.1111/1467-6427.00144
- Olson, D. H., & Olson-Sigg, A. K. (1999). PREPARE/ENRICH Program: Version 2000. In B. Rony & M. T. Hannah (Eds.), *Preventive Approaches in Couples Therapy* (pp. 196-216). Philadelphia, PA: Brunner/Mazel.
- Palazzoli-Selvini, M., Boscolo, L., Cecchin, G., & Prata, G. (1980). Hypothesizing — Circularity — Neutrality: Three Guidelines for the Conductor of the Session. *Family Process*, *19*, 3-12. doi: 10.1111/j.1545-5300.1980.00003.x
- Payne, M. (2006). *Narrative Therapy* (2nd ed.). London, UK: SAGE Publications Ltd.
- Pihet, S., Bodenmann, G., Cina, A., Widmer, K., & Shantinath, S. (2007). Can prevention of marital distress improve well-being? A 1 year longitudinal study. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, *14*(2), 79-88. doi: 10.1002/cpp.522
- Pina-Prata, F. X. (1983). Terapia em etapas e terapia sistémica por ciclos de interface. [Stages therapy and systemic therapy with interface cycles]. *Terapia familiar e comunitária: Primeiro Encontro Europeu de Terapia Familiar e Comunitária*, *3*, 201-231.
- Rowden, T. J., Harris, S. M., & Stahmann, R. F. (2006). Group Premarital Counseling Using a Premarital Assessment Questionnaire: Evaluation from Group Leaders. *American Journal of Family Therapy*, *34*, 47-61. doi: 10.1080/01926180500301394
- Sanddal, N. D., Sanddal, T. L., Berman, A. L., & Silverman, M. (2003). A general systems approach to suicide prevention: Lessons from cardiac prevention and control. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, *33*, 341-352. doi: 10.1521/suli.33.4.341.25227
- Scott, S. B., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., Allen, E. S., & Markman, H. J. (2013). Reasons for divorce and recollections of premarital intervention: Implications for improving relationship education. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, *2*, 131-145. doi: 10.1037/a0032025
- Sexton, T. L. (2012). The challenges, focus, and future potential of systemic thinking in couple and family psychology. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, *1*, 61-65. doi: 10.1037/a0027513
- Silliman, B., Stanley, S. M., Coffin, W., Markman, H. J., Jordan, P. L., Liddle, H. A., . . . Bray, J. H. (2002). Preventive interventions for couples. In H. A. Liddle, D. A. Santisteban, R. F.

- Levant & J. H. Bray (Eds.), *Family psychology: Science-based interventions* (pp. 123-146). Washington, DC: American Psychological Association.
- Sluzki, C. E. (2010). Personal Social Networks and Health: Conceptual and Clinical Implications of Their Reciprocal Impact. *Families, Systems & Health: The Journal of Collaborative Family HealthCare*, 28, 1-18. doi: 10.1037/a0019061
- Small, S. A., Cooney, S. M., & O'Connor, C. (2009). Evidence-Informed Program Improvement: Using Principles of Effectiveness to Enhance the Quality and Impact of Family-Based Prevention Programs. *Family Relations*, 58, 1-13. doi: 10.1111/j.1741-3729.2008.00530.x
- Stahmann, R. F. (2000). Premarital counselling: a focus for family therapy. *Journal of Family Therapy*, 22, 104-116. doi: 10.1111/1467-6427.00140
- Stanley, S. M. (2001). Making A Case for Premarital Education. *Family Relations*, 50, 272-280. doi: 10.1111/j.1741-3729.2001.00272.x
- Stanley, S. M., Markman, H. J., Prado, L. M., Olmos-Gallo, P. A., Tonelli, L., St. Peters, M., . . . Whitton, S. W. (2001). Community-based premarital prevention: Clergy and lay leaders on the front lines. *Family Relations*, 50, 67-76. doi: 10.1111/j.1741-3729.2001.00067.x
- Stanley, S. M., Rhoades, G. K., Olmos-Gallo, P., & Markman, H. (2007). Mechanisms of Change in a Cognitive Behavioral Couples Prevention Program: Does Being Naughty or Nice Matter? *Prevention Science*, 8, 227-239. doi: 10.1007/s11121-007-0071-8
- Stanton, M. (2009). The systemic epistemology of the specialty of Family Psychology. In J. H. Bray & M. Stanton (Eds.), *The Wiley-Blackwell Handbook of Family Psychology*. Oxford, United Kingdom: Wiley-Blackwell.
- Stanton, M., & Welsh, R. (2012). Systemic thinking in couple and family psychology research and practice. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, 1, 14-30. doi: 10.1037/a0027461
- Steinglass, P. (1978). The conceptualization of marriage from a Systems Theory perspective. In T. J. Paolino Jr. & B. S. McCrady (Eds.), *Marriage and family therapy: Psychoanalytic, Behavioral and Systems Theory perspectives*. New York: Brunner/Mazer, INC.
- Waite, L. J. (1995). Does marriage matter? *Demography*, 32, 483-507.
- Walsh, F. (1998). *Strengthening Family Resilience* (2nd ed.). New York: The Guilford Press.
- Watzlawick, P. (1977). *How real is real?* USA: Vintage.
- Watzlawick, P., Bavelas, J. B., & Jackson, D. D. A. (2011). *Pragmatics of Human Communication: A Study of Interactional Patterns, Pathologies, and Paradoxes*. USA: W. W. Norton & Company.

- Wetzler, S., Frame, L., & Litzinger, S. (2011). Marriage Education for Clinicians. *American Journal of Psychotherapy, 65*, 311-336.
- Wittenborn, A. K., Faber, A. J., & Keiley, M. K. (2012). An Attachment and Affect Regulation Based Multiple Couple Group Intervention for Couples Transitioning to Marriage/Commitment. *Journal of Couple & Relationship Therapy, 11*, 189-204. doi: 10.1080/15332691.2012.692941
- Wittenborn, A. K., Keiley, M. K., & Sprenkle, D. H. (2012). The Evaluation of a Multiple Couple Group Intervention for Couples Transitioning to Marriage: A Mixed-Methods Pilot Project. *Journal of Couple & Relationship Therapy, 11*, 130-148. doi: 10.1080/15332691.2012.666499



**Capítulo III. Trajectórias relacionais amorosas e adaptação de  
instrumentos**





## Artigo 2: Casamento e coabitação: Antecipação de percursos conjugais de jovens portugueses numa relação de namoro<sup>27</sup>

---

<sup>27</sup> Monteiro, A. P., & Ribeiro, M. T. (no prelo). Casamento e coabitação: Antecipação de percursos conjugais de jovens portugueses numa relação de namoro. In R. Francisco, J. C. Pinto e H. R. Pinto (Eds.). *Contributos da Psicologia para a investigação e intervenção em Ciências da Família*. Lisboa: Universidade Católica Editora.



## **Casamento e coabitação: Antecipação de percursos conjugais de jovens portugueses numa relação de namoro**

### Resumo

Numa sociedade em mudança, as relações duradouras e o casamento, especificamente, continuam a ser desejo da maioria dos jovens, assumindo, contudo, novas trajetórias e significados. A formação do casal é uma transição sempre complexa mas particularmente desafiante quando mais opções surgem acompanhadas de mais exigências e maior indefinição. Pretende-se neste trabalho apresentar a discussão dos percursos casamento e coabitação, em três *focus groups* (N=16), constituídos por jovens numa relação presente de namoro. Por um lado, destaca-se um discurso crítico ao casamento, sugerindo uma desinstitucionalização do mesmo. Por outro, os resultados demonstram uma aceitação da coabitação como experiência normativa dos jovens. Quanto aos motivos apresentados para cada opção, o casamento surge associado a motivos mais internos, como compromisso, mas também culturais (normas vigentes), com conotações algo polarizadas, enquanto a coabitação é apresentada como resposta pragmática (e.g., tempo e motivos financeiros), como um período relacional intermédio (e.g., como teste da relação) e associado a não-decisão (e.g., “acontece”). São apresentadas reflexões com base na literatura e contextualizadas na situação socioeconómica actual, especificamente o paradoxo do casamento enquanto instituição e o papel da ambiguidade vs. segurança, da tomada de decisão e do compromisso. Por fim, sugerem-se implicações para abordagens clínicas e de promoção relacional.

*Palavras-chave:* casamento, coabitação, percursos conjugais, jovens adultos.

## 1. Introdução

Construir uma relação significativa, íntima e duradoura é um desejo intemporal e sem fronteiras espaciais. Com diferentes expressões, autonomia, e variabilidade etária, adolescentes e jovens de todo o mundo imaginam possíveis percursos e cenários familiares (Regan, 2008; Relvas, 2006). Especificamente na cultura ocidental, é na faixa etária do jovem adulto<sup>28</sup> que se desenham mais concretamente os contornos (emocionais, atitudinais, comportamentais) das decisões e desenvolvimentos relacionais, contornos esses com significativo impacto futuro (Arnett, 2001; Collins & Dulmen, 2005).

Ora, se era relativamente simples identificar uma sequência tradicional de namoro-noivado-casamento, pautada por metanarrativas orientadoras fortes, atualmente, na nossa sociedade, os jovens experienciam diferentes trajetórias relacionais, que são expressão de uma multiplicidade de significados (Kalmijn, 2007; Manning & Smock, 2002; Stanley & Rhoades, 2009). Verificam-se diversas vivências da conjugalidade, com um progressivo atrasar da idade do casamento e com os números de coabitações e uniões de facto a aumentar face aos casamentos (Narciso & Ribeiro, 2009; Regan, 2008), mesmo que com alguma variabilidade regional. Por exemplo, enquanto na Itália os jovens continuam a sair de casa dos pais principalmente para casar (Rusconi, 2004), na Suécia a coabitação antes do casamento é já uma norma, que muitas vezes exclui o casamento (Duvander, 1999).

Não obstante, a investigação parece indicar que esta tendência não substitui o desejo e a prevalência de uniões civis, sendo que a maioria das pessoas solteiras, independentemente do país e da cultura, afirma o desejo de se vir a casar um dia, percepcionando o casamento como algo valoroso e como um investimento a longo prazo (Markman & Halford, 2005). Estima-se que nove em cada dez pessoas casarão pelo menos uma vez ao longo da sua vida (Regan, 2008).

Acompanhando a complexidade crescente das trajetórias relacionais, a investigação tem procurado conhecer os seus processos e dinâmicas, mas também como estas são percecionadas pelos próprios jovens, quer na sua antecipação, quer na sua vivência presente. Willoughby e colaboradores (2013) salientam a pertinência bem documentada do estudo das atitudes, crenças e valores face à conjugalidade no geral, especificamente as suas implicações nas decisões e transições vividas pelos jovens. Encontram-se, principalmente, duas linhas de estudo; por um lado, a procura de uma maior compreensão do fenómeno da coabitação vs. casamento, focando as expectativas, atitudes e motivos inerentes à escolha por este ou aquele percurso

---

<sup>28</sup> Por jovem adulto, entende-se a faixa etária dos 18 aos 28 anos, onde os jovens assumem progressivamente maior responsabilidade pelas suas ações, ganham independência e experienciam várias oportunidades de mudança positiva (Hawkins, Letcher, Sanson, Smart, & Toumbourou, 2009).

(e.g., Baxter, Haynes, & Hewitt, 2010; Gassanov, Nicholson, & Koch-Turner, 2008; Manning & Smock, 2002); por outro, a avaliação dos *outcomes* de cada opção relacional, ao nível de variáveis como satisfação, compromisso e qualidade relacional (e.g., Brown, 2003; Hsueh, Morrison, & Doss, 2009; Kalmijn, 2007; Rhoades, Stanley, & Markman, 2009b; Skinner, Bahr, Crane, & Call, 2002).

### 1.1. Fatores Implicados na Decisão por Coabitar e Casar

São várias as razões que se têm apontado para o aumento de uniões alternativas ao casamento. Destacam-se, desde logo, razões sociais e contextuais, principalmente a maior aceitação da coabitação (Regan, 2008). Kalmijn (2007), num estudo europeu, foca a importância de questões como a precariedade dos trabalhos ou condições financeiras, que podem adiar a entrada no casamento e levar os casais a optar por uma coabitação. Outros estudos (Lindsay, 2000; Rhoades, Stanley, & Markman, 2009a), inquirindo os próprios casais, salientam primeiramente razões pragmáticas, como passar mais tempo juntos e aliviar pressões económicas. Por outro lado, são focadas questões de género e etnia, salientando questões de poder, quer social quer económico, envolvidos na progressão da relação (Chaney & Monroe, 2011; Sessler & Miller, 2011). Regan (2008) destaca a função, assumida pelos jovens, de ‘fase de teste’ para avaliar a compatibilidade e atribui esta conceção a uma maior instabilidade e maior aceitação social da imaturidade dos jovens, ao permitir adiar a entrada na adultez, salientando os efeitos negativos para a sociedade, como a diminuição do número de filhos por casal e a maior precariedade e dissolução das relações. Esta conceção parece ir ao encontro da perspetiva de Stanley e colaboradores (2006), ao apontar um fenómeno de ‘deslize’<sup>29</sup> na transição para a coabitação, marcada por motivos mais pragmáticos ou por um desenrolar relacional pouco intencional ou refletido, em oposição ao que normalmente sucede na transição para o casamento, em que há uma decisão<sup>30</sup> deliberada do casal.

No que respeita à opção pelo casamento, o amor romântico é a razão mais enunciada pelos casais em vias de casar ou recém-casados (Relvas, 2006). Bornstein e Bornstein (1992, cit. por Relvas, 2006) acrescentam ao amor duas outras ordens de razões: a necessidade de segurança relacional e companhia; e as expectativas prévias, relacionadas com a influência sociocultural. Um estudo australiano (Relationships Australia Inc., 2008) enuncia como principais razões apontadas pelos participantes: o amor, companheirismo ou amizade, para significar um compromisso de vida inteira e para providenciar segurança aos filhos. Com pouca

---

<sup>29</sup> *Sliding*, no original em inglês.

<sup>30</sup> *Deciding*, no original em inglês.

expressão ficaram o estatuto legal, a segurança económica, crenças religiosas, pressões familiares ou do companheiro, e ainda o desejo dum ocasião especial.

### *1.2. Satisfação e Qualidade Relacionais*

No que respeita aos resultados relacionais destas opções, os estudos divergem nas suas conclusões. Por um lado, existe um grupo solidificado de resultados que revela que os casais coabitantes têm níveis de satisfação e qualidade relacional inferiores aos dos casados (e.g., Rhoades et al., 2009b; Skinner et al., 2002). Por outro, alguns estudos têm avançado que tais diferenças deixam de se verificar quando fatores de seleção são controlados, sejam eles variáveis demográficas ou mais relacionais (como a duração da relação e qualidade desta, prévia à transição), podendo até haver variáveis avaliadas mais positivamente nos casais coabitantes, como a coesão e colaboração (Hsueh et al., 2009; Moore, McCabe, & Brink, 2001). A questão do sexo pode também ser pertinente nos resultados, especificamente na ligação entre a coabitação e o posterior casamento, havendo um estudo que indica que os homens, e não as mulheres, tendem a ser menos comprometidos com a relação, pelo menos, nos primeiros anos do casamento, quando há coabitação prévia ao noivado (Rhoades, Stanley, & Markman, 2006).

No que respeita ao casamento, a investigação tem mostrado que ser casado está associado a um melhor estado de saúde do que ser solteiro ou separado, assim como a um melhor desempenho das responsabilidades parentais e mesmo das tarefas laborais (Pihet, Bodenmann, Cina, Widmer, & Shantinath, 2007). No entanto, estes benefícios verificam-se apenas quando o relacionamento é positivamente avaliado por ambos os elementos do casal, alertando-se para as consequências nefastas dum casamento insatisfatório e conflituoso.

Não obstante o debate gerado pelo tema, a literatura parece contrariar as expectativas de muitos casais que atualmente defendem a opção pela coabitação como um método eficaz de garantir uma melhor transição para o casamento, ao verificar-se que a percentagem de divórcio é superior quando há coabitação prévia, em comparação com a situação de ausência de coabitação ou coabitação já enquadrada dentro do noivado (Halford, 1999; Hsueh et al., 2009; Rhoades et al., 2009b; Skinner et al., 2002). A evolução cultural e social pode, no entanto, vir a alterar esta situação, pelo que mais investigação é necessária.

Indo ao encontro do acima exposto, o presente estudo pretende apresentar a antecipação dos percursos conjugais, casamento e coabitação, discutida por jovens adultos portugueses (numa relação presente de namoro), explorando, em primeiro lugar, as suas atitudes face a esses percursos e, em segundo lugar, as suas opiniões gerais face às razões que levam os seus contemporâneos a enveredar por uma ou outra opção.

## 2. Método

### 2.1. Participantes

A amostra, selecionada por conveniência, é constituída por 16 jovens ( $F = 8$ ,  $M = 8$ ) numa relação de namoro, entre os 18 e os 27 anos, distribuídos por três *focus groups* (FG), cada um com quatro a seis participantes. Havendo o interesse em estudar jovens adultos, a idade foi naturalmente um fator de inclusão e definiram-se ainda, como critérios de seleção, a identificação da relação, pelo próprio, como sendo de namoro, o tempo de relacionamento ser superior a seis meses e, no caso de haver coabitação, esta ser a primeira do participante e durar há menos de dois anos (momento a partir do qual o casal pode constituir legalmente uma união de facto). Assim, a média de tempo da relação é de três anos, havendo no total três participantes (duas mulheres e um homem) que viviam com o par amoroso, e cinco que dormiam ocasionalmente na casa um do outro. Questionados sobre planos de vir a casar, dois tinham data marcada, dois afirmaram não desejar casar, e os restantes participantes declararam não haver nada definido na relação quanto a isso. Dos 16 jovens, quatro assinalaram não ter vida sexual ativa na sua relação. Quanto às crenças e envolvimento religiosos, seis afirmam não ter qualquer crença religiosa, quatro afirmam ser praticantes e os restantes não praticantes.

### 2.2. Instrumento

Recorreu-se à metodologia qualitativa de *focus groups*, pertinente pela sua capacidade de provocar a exploração de perspetivas sociais e a reflexão sobre atitudes e posições pessoais e de captar diversidade e contradições de discursos (Morgan, 1997). O guião, semiestruturado, foi elaborado de acordo com a estrutura proposta na bibliografia (pergunta inicial, transição, etc.; Morgan, 1997), num total de oito questões, com uma duração média de uma hora e vinte minutos. As questões do guião incluíam: que diferentes percursos pode uma relação de namoro tomar; quais são os prós e contras de cada um; o que leva alguns namorados a coabitar; e o que leva as pessoas a casar.

### 2.3. Procedimentos

No início dos FG, cada participante foi informado do âmbito do estudo e autorizou a sua participação e gravação áudio das entrevistas. Cada entrevista foi depois transcrita *ipsis verbis* e analisada com recurso ao *software* NVivo9 (QSR, 2012).

A análise temática realizou-se numa integração dinâmica dedutiva-indutiva (Braun & Clarke, 2006). Primeiramente, partiu-se das questões de investigação para a delimitação do texto de análise, focando especificamente os conteúdos relacionados com casamento e

coabitação e organizando a informação em duas categorias principais: atitudes face aos percursos de coabitação e casamento, e motivos apontados para cada um. No processo de análise dos dados, foi feita uma identificação e agrupamento indutivo de unidades de significado com características semelhantes, que foram progressivamente combinadas em categorias mais abstratas. Esta articulação e designação das categorias foram sendo orientadas pelos diversos domínios identificados pela literatura. Citações dos participantes são apresentadas para maior compreensão das categorias, sendo que os nomes são fictícios. Nos casos de participantes coabitantes, o nome é seguido de um C.

### 3. Resultados

Ao longo da análise das transcrições dos três FG, a informação foi sendo organizada hierarquicamente segundo duas categorias orientadoras principais, as *Atitudes* dos jovens e os *Motivos* que apresentam para os percursos conjugais, casamento e coabitação:

I. Atitudes face à coabitação e ao casamento, com sete subcategorias:

a. *Atitudes favoráveis ao casamento*, em que há uma expressão positiva de valorização da instituição do casamento e/ou a manifestação clara do desejo de casar;

b. *Atitudes favoráveis à coabitação e ambivalentes face ao casamento*, referem-se às afirmações de preferência por coabitação mas com desejo ou valorização explícita do casamento (“Embora eu possa não acreditar e possa não querer [casar], continuo a achar que é uma coisa muito bonita e acho que é sempre um dia muito especial.”; Ana, 27 anos);

c. *Atitudes gerais ambíguas/desfavoráveis face ao casamento*, que inclui as referências que, não sendo abertamente desfavoráveis ao casamento, demonstram uma crítica ao que entendem ser a visão ou vivência geral das pessoas;

d. *Atitudes desfavoráveis ao casamento*, como a desvalorização do mesmo e/ou a opção pessoal de o evitar (“Eu nunca fui muito a favor do casamento e embora já tenha tido alguns relacionamentos longos continuo a não...não tenho nada contra quem se vai casar obviamente (...) mas nunca foi o meu objetivo. É, o casamento é só um papel basicamente... [Sim, sim.] Eu acho que isso não mostra nada.”; Catarina [C], 25 anos);

e. *Atitudes favoráveis à coabitação*, inclui as expressões, pelos jovens, de desejo ou opção pela coabitação;

f. *Atitudes neutras face à coabitação e também face ao casamento*, quando o discurso é uma mera descrição, sem posicionamento crítico.

Em termos percentuais, as categorias que salientam positivamente a opção pela coabitação (c, d, e), com ou sem crítica ao casamento, reúnem a maioria das referências, com 56%; destas, quase 70% são desfavoráveis ao casamento, o que corresponde a cerca de 39% do



total de referências. As que valorizam explícita ou implicitamente o casamento reúnem 27% das referências, e as neutras 16%.

II. Motivos para casar e Motivos para coabitar, estando cada uma destas categorias divididas em dois níveis, com um terceiro específico dos Motivos para coabitar:

- a. *Externos*, em que as fontes de influência para a decisão são externas ao indivíduo ou à relação do casal, exercendo pressão ou definindo *scripts* das trajetórias;
- b. *Internos*, incluindo os fatores resultantes de processos relacionais, de decisões interdependentes e de reflexões pessoais e do casal;
- c. *Não-decisões*, categoria específica da Coabitação, prende-se com as referências que salientam ausência de intencionalidade, de reflexão ou decisão do casal.

As categorias principais são descritas na Figura 1. No que respeita aos motivos para casar, cerca de 62% das categorias referem-se a motivos internos, principalmente a dimensões emocionais e continuidade da relação (onde se destacam as subcategorias de compromisso e afirmação pública); as 38% restantes estão assim incluídas nos motivos externos, com destaque para as questões culturais. Quanto aos motivos para coabitar, a maior percentagem vai para as dimensões internas, com 48%; no entanto, a maioria dos motivos está distribuída pelas categorias externas (38%) e de não-decisão (20%). Se dos motivos internos forem só consideradas as dimensões emocionais e de continuidade da relação, excluindo-se as referências incluídas na categoria outros/passos intermédios, a dimensão interna passa a integrar apenas 24% das referências totais.

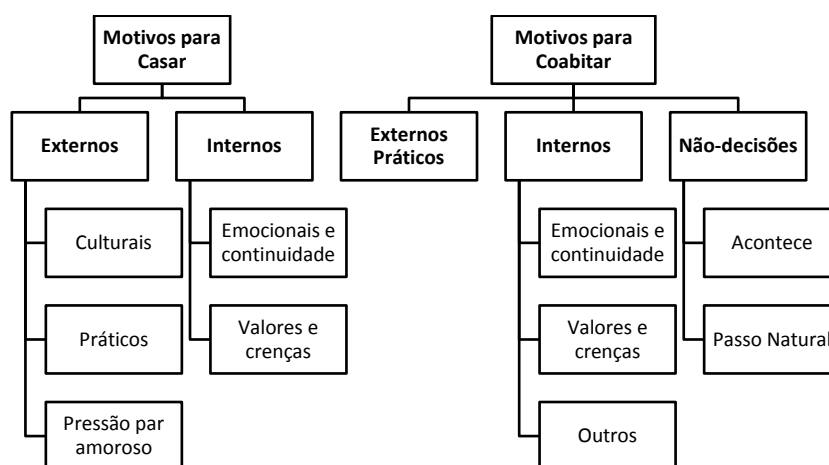


Figura 1. Síntese das categorias dos Motivos para Casar e Coabitar

Segue-se uma análise detalhada de cada uma das motivações avançadas para ambas as opções conjugais, apresentando-se as respetivas categorias e subcategorias e relacionando-as com as atitudes a elas associadas (ver Quadro 1).

Quadro 1. *Relação entre as atitudes face ao casamento e coabitação e os motivos externos, internos e não-decisão (número de referências)*

| Atitudes          | Casamento |          | Coabitação |          | Não-<br>Decisão |
|-------------------|-----------|----------|------------|----------|-----------------|
|                   | Externos  | Internos | Externos   | Internos |                 |
| <b>Casamento</b>  |           |          |            |          |                 |
| Favoráveis        | 1         | 12       | -          | -        | -               |
| Ambivalentes      | 1         | 2        | -          | -        | -               |
| Neutras           | 1         | 3        | -          | -        | -               |
| Ambíguas          | 11        | 1        | -          | -        | -               |
| Desfavoráveis     | 2         | -        | -          | 2        | -               |
| <b>Coabitação</b> |           |          |            |          |                 |
| Favoráveis        | -         | -        | 4          | 7        | 5               |
| Neutras           | -         | -        | 4          | 2        | -               |

## I. Motivos para casar

### A. Externos

1. Culturais: são referidos pelos jovens, principalmente quando falam do que leva os outros a casar, e especificamente quando não há motivações religiosas, salientando a dimensão de *Tradição ou norma comum*: “Acho que as pessoas casam-se, as que não acreditam em nada, não sei, se calhar porque vêm os outros casar, foi daí que nasceram, daí que apareceram, é a ordem normal da vida e casam-se.” (Pedro, 22 anos)

Destaca-se ainda a referência a *Estereótipos femininos*: “Eu acho que é a cultura, essencialmente, acho que é a cultura. É socialmente bem visto e aceite por todos, e as pessoas são pressionadas desde sempre, especialmente as meninas, são pressionadas desde sempre a casar e tal.” (Tiago, 23 anos).

Estes motivos estão relacionados quer com Atitudes ambíguas gerais face ao casamento, como no primeiro exemplo em que se subentende uma crítica latente às motivações deste tipo, quer com Atitudes desfavoráveis ao casamento, em que é sugerido que sendo o casamento uma decisão alinhada com o que é socialmente normativo, não é algo profundo, mas sim fruto da influência de outros, uma moda.

2. Práticos: O casamento é também apontado como um benefício prático, a nível de *Benefícios fiscais/legislativos*: “O que eu vejo é que a maior parte das pessoas acabam por se casar, não digo todas, mas grande parte por questões burocráticas porque depois tens bastantes vantagens... sim, isto já é um bocado o final do conto de fadas. Acabas por ter vantagens.” (Ana, 27 anos); e também como resposta a constrangimentos negativos externos, trazendo *Liberdade face a outros*: “Há pessoas que pensam que o casamento resolve muitas

coisas. Por exemplo, conheço um caso de uma rapariga que os pais não... pronto, ela não tinha assim muita liberdade para sair de casa, essas coisas assim. E só com o casamento... Isto vê-se mais nas mentalidades mais retrógradas que os pais só deixam a filha ter mais liberdade depois de casarem.” (Catarina [C], 25 anos).

Estas motivações surgem recorrentemente associadas a Atitudes ambíguas face ao casamento, desvalorizando as soluções práticas que o casamento proporciona, compreendendo-as como fruto de uma mentalidade (negativamente) tradicional, que valoriza exclusivamente o casamento em desfavor de outras opções.

3. Pressão do par amoroso: é referido por dois jovens, ao discutirem especificamente relações em que a rapariga pressiona o rapaz para casar, estando incluído nas Atitudes desfavoráveis face ao casamento: “Eu acho que hoje em dia, muitos homens casam por causa delas... (risos) Não, eu por mim falo também, porque o casamento a mim faz um bocado comichão e acho que elas dão muito mais valor a isso que... que nós” (João, 21 anos).

#### B. Internos

1. Emocionais e continuidade da relação: prendem-se, em primeiro lugar, com questões de Afirmação pública: “Eu acho que as pessoas quando decidem casar é porque realmente vêm alguma coisa de importante no casamento, não é? Não necessariamente toda a festa, mas no... na oficialização do compromisso que estão a tomar perante... um com o outro e perante toda a família, todos os amigos e toda a sociedade...” (Cátia, 25 anos); e Compromisso: “Mas, no meu caso, acho que isso só vai fazer sentido com a decisão de casarmos e com tudo o que isso implica, com esse compromisso mais sério (...) isto de ser um compromisso um para o outro, um com o outro e pronto, e mais a longo prazo, e não tanto só o ir morar juntos.” (Maria, 23 anos).

São também referidas razões de Estabilidade, “Sim, mas não achas que ao casar há uma tendência para a maior estabilidade?” (Pedro, 22 anos), e o casamento enquanto contexto para ter Filhos e família: “É assim, por exemplo, o dia que eu tiver filhos ou assim...como é óbvio gostava de casar antes de ter filhos porque acho que para os filhos é diferente. Os meus pais são casados.” (Catarina [C], 25 anos).

Por fim, encontram-se ainda duas referências ao Amor, como, “(...) Mas o amor é fundamental, acho que é isso que leva sempre ao casamento. Se se falar de uma forma mais cínica obviamente que há outras coisas mas... é isso...” (Ana, 27 anos).

2. Valores e crenças: Nesta categoria incluem-se as referências a dimensões internas dos indivíduos, que podem ou não ser partilhadas pelo casal, como Religiosidade, a valorização de Modelos parentais de origem, e outros Motivos intrínsecos diversos, não

especificados, como “Diria que, se calhar, hoje em dia o casamento é mais verdadeiro nesse sentido, não é? Porque como tu dizes, quando as pessoas tomam essa decisão é porque querem mesmo e pensam nisso, não é?” (Maria, 23 anos).

As motivações internas apresentadas encontram-se principalmente associadas a Atitudes favoráveis ao casamento mas também a Atitudes favoráveis à coabitação e ambivalentes face ao casamento, especificamente de participantes do sexo feminino que, embora defendam a coabitação como opção de vida pessoal, valorizam as opções do amor e dos modelos positivos que têm dos seus pais, casados.

De seguida, são apresentadas as razões avançadas pelos jovens participantes para a opção por coabitar com o par amoroso.

## II. Motivos para coabitar

A. *Externos Práticos*: referem-se a soluções pragmáticas, a constrangimentos ou limitações externas pontuais ou continuadas, sendo a maioria delas *Questões diversas*, como financeiras ou distância trabalho-casa: “Eu acho que a maioria, falo pelo que eu vejo nos meus amigos... é pela situação de vida em que ambos estão, por exemplo, existem muitos casais que estão em Lisboa a trabalhar e que namoram e que por uma questão financeira... vão viver juntos.” (Cátia, 25 anos)

Dois jovens referem a *Independência*, o poder sair de casa dos pais e ter um espaço próprio e outra refere ainda existirem já *Vantagens fiscais/legais* na coabitação.

Estes motivos estão codificados dentro das Atitudes favoráveis à coabitação ou Atitudes neutras, sendo apresentados como razões positivas e razoáveis, principalmente face ao contexto socioeconómico atual.

### B. Internos

1. Emocionais e continuidade da relação: incluem, em primeiro lugar, a necessidade de *Tempo um com o outro*, “[a decisão de viver juntos] é baseada sempre, como é óbvio, as pessoas querem partilhar o espaço, querem estar mais tempo juntos para não estarem com aquela coisa de estares com a pessoa mas depois cada um tem que ir para sua casa. Aproveitas o tempo de outra maneira, pronto, como é óbvio.” (Catarina [C], 25 anos). Com dois participantes, surge a *Partilha*, “[a pessoa] quer ter o seu espaço e depois continua a querer partilhar esse espaço com alguém. A pessoa não quer estar subjugada aos pais mas quer partilhar a casa com outra pessoa de igual forma, de igual nível.” (Tiago, 23 anos). Uma jovem referiu ainda considerar, sem maior especificação, que viver juntos significa um *Passo de evolução* na relação. Todas as referências nesta categoria são codificadas também nas Atitudes favoráveis à coabitação.

2. Valor: a coabitação é ainda referida, de forma Neutra, como uma opção conjugal além do casamento, por este poder não fazer sentido a um nível pessoal.

3. Outros: inclui três dimensões em que a coabitação surge como provisória ou vantajosa face ao caráter definitivo do casamento, como um *Teste da relação*, que se associa com Atitudes favoráveis à coabitação e Atitudes neutras face à coabitação, e ainda com a *Preservação da autonomia* e *Viver fases com calma*, ambas associadas a Atitudes desfavoráveis face ao casamento.

C. *Não-decisões*: prendem-se, por fim, com motivos ligados a ausência de intencionalidade, sendo, por um lado, a transição, algo que *Acontece*, “Nisto tudo, começamos a namorar, passado um tempo, pronto, aí está, começa lá a dormir uma noite, vai uma, vais duas, vai três, pronto, começou a viver lá.” (Susana [C], 27 anos), ou um *Passo natural*: “Eu no meu caso, nós passamos tanto tempo a dormir na casa um do outro e... não coabitamos, mas passamos tanto tempo juntos na mesma casa, parece que é quase instintivo, que é o próximo passo a dar” (João, 21 anos).

#### 4. Discussão e conclusão

Este estudo pretendeu explorar as atitudes de jovens numa relação amorosa face a dois distintos percursos conjugais: o casamento e a coabitação. Ao abordar-se este tema, foram discutidos os motivos que, no seu entendimento, os influenciam ou levam os jovens em geral a optar por uma ou outra trajetória.

Como esperado, a escolha da metodologia dos FG permitiu captar uma diversidade de discursos, opiniões e atitudes, incluindo ambiguidades, ambivalências e até contradições, em níveis discursivos diferentes, sejam sociais ou pessoais.

Destaca-se, desde logo, a ausência de referências desfavoráveis à coabitação e, pelo contrário, um discurso frequente favorável à coabitação. Tal poderá ser expressão dum discurso socialmente mais aceitável, flexível e tolerante a novas formas de conjugalidade. Acima de tudo, parece haver uma aceitação da coabitação como normativa. Pelo contrário, o casamento desperta, sem dúvida, discussões mais acesas, com frequentes referências desfavoráveis, ou no mínimo, críticas, ao mesmo tempo que surgem pinceladas de apreciação. De facto, a procura de captar as atitudes face ao casamento levou à necessidade de criar uma maior diversidade de categorias, pela ambiguidade e ambivalência existente ao falar do tema.

Estas atitudes parecem sugerir uma desvalorização do casamento, com críticas mais ou menos diretas a quem assume tal passo, principalmente quando por motivos culturais, benefícios ou pressão externa. Todavia, Cherlin (2004) reenquadra este discurso numa abordagem de desinstitucionalização do casamento ocidental, expressão do enfraquecimento

das normas sociais que regem as relações conjugais. Este autor, entre outros, destaca a influência do individualismo nas relações, com a primazia da tomada de decisão individual vs. social/cultural, numa ascendência inversamente proporcional ao declínio de metanarrativas estruturantes, como a judaico-cristã (Lauer & Yodanis, 2010; Willoughby et al., 2013). Indo mais além, Lauer e Yodanis (2010) referem que a institucionalidade do casamento permanece de certa forma intacta, sendo até desejada por novos grupos, como a comunidade homossexual. Também, é de notar que a taxa de recasamentos parece sugerir que o divórcio não se traduz numa descrença na instituição civil do casamento, e muito menos as pessoas deixam de procurar relacionamentos comprometidos de longa duração (Kalmijn, 2007). Parece, sim, indicar, como afirmam Narciso e Ribeiro (2009), “o insucesso de mulheres e homens em fazer corresponder o casamento às expectativas que tinham” (p.46). O foco no casamento companheiro e na sua componente de realização de necessidades emocionais pode ter trazido consigo expectativas tão difíceis de atingir e com tanta probabilidade de insucesso que promovem paradoxalmente comportamentos de evitamento. Tal justificaria a vivência da coabitação como fase de teste na relação. No entanto, como já referido, tal cautela não tem trazido os resultados esperados, ao verificar-se que a coabitação prévia ao casamento acarreta maior risco de dissolução.

É também a institucionalização do casamento, com o reconhecimento de regras claras dentro do mesmo, que permite a distinção entre ele e outras alternativas, como a coabitação. Nos resultados apresentados, alguns jovens que à partida afirmaram não haver diferença entre ambos, discutiam posteriormente a possibilidade de casar quando desejassem ter filhos. De facto, a crítica aos motivos externos do casamento parece subentender um entendimento do casamento como algo profundo e mais fixo, associado à constituição de família e dum projeto individual de realização pessoal. É ainda de notar que a maioria das referências se agrupam nos motivos internos, inclusive o compromisso e o amor, categorias que não surgem quando se fala de coabitação e que são codificadas também principalmente em atitudes positivas, mesmo por parte de pessoas anteriormente ambivalentes, ambíguas ou desfavoráveis ao casamento.

Além da dimensão de teste, a coabitação é apresentada principalmente como resposta a questões pragmáticas como motivos financeiros ou a possibilidade que oferece de autonomização face aos pais, de certa forma relacionada também com a primeira razão, por permitir uma conjugalidade partilhada sem necessidade de organização dum casamento com todos os custos que este implica. A situação económica do país será sem dúvida um fator determinante da escolha por viver com o par amoroso mesmo que haja o desejo de casar, não fosse a geração atual de jovens designada por “geração à rasca”. Por outro lado, as próprias inseguranças decorrentes duma economia frágil, com a precariedade dos vínculos laborais, as

altas taxas de desemprego jovem, e o aumento da emigração podem estar a ser solo fértil para a promoção de relacionamentos inseguros, marcados por ambiguidades e falta de clareza comunicacional entre o casal. Tal é visível na terceira grande categoria organizadora dos motivos para coabitar, inexistente nos motivos para o casamento – a *Não-decisões*, paralela à ausência duma dimensão de compromisso, frequentemente referido aquando dos motivos para casar. A categoria da não-decisão corresponde facilmente ao conceito de *sliding*, bastante desenvolvido por Stanley e colaboradores (Stanley, Rhoades, & Fincham, 2011), que alertam para a fragilidade relacional e as implicações emocionais resultantes desta ausência duma comunicação clara e partilhada entre os elementos do casal e dum enquadramento securizante e promotor de processos relacionais saudáveis – tão clara é a literatura no domínio dos relacionamentos íntimos, na valorização da segurança como base para o desenvolvimento equilibrado de indivíduos e relações.

De facto, o evitamento de um compromisso assumido publicamente ou mesmo a nível relacional não faz da coabitação uma vivência menos conjugal que o casamento, e por isso mais simples de ser vivida; pelo contrário. A investigação mostra-nos que a formação de um novo casal, com ou sem decisão clara de ambos, implica mudanças desenvolvimentais em cada elemento, na relação entre os dois e entre eles e todos os outros sistemas que os envolvem (e.g., família de origem, amigos, comunidade), o que faz dela uma transição sempre complexa, mais ainda quando as regras são pouco claras e existe um desequilíbrio possível de compromisso dentro do casal (Relvas, 2006).

A discussão à volta da coabitação, casamento e divórcio tem muitas vezes resultado em opiniões polarizadas dentro da comunidade, com um debate entre aqueles que consideram que o percurso relacional é pessoal e que opções como o divórcio são direitos que não devem ser travados a quem o deseje, e aqueles que defendem que as opções pessoais a nível da constituição da família são de interesse superior aos elementos do casal, sendo comunitárias, sociais e até com dimensão política, como o exemplo do divórcio que tem levado a consequências negativas para os adultos, crianças, e sociedade em geral (e.g., Amato, 2004; Hahlweg, Markman, Thurmaier, Engl, & Eckert, 1998; Pihet et al., 2007). O casamento continua paradoxal, pois ao mesmo tempo que é desejado como projeto permanente, a maior flexibilidade das suas normas sociais permite também o aumento de divórcios, e ao mesmo tempo que oferece regras estruturantes e reconhecimento social, verifica-se o aumento de opções com promessas de maior liberdade individual. Amato (2004) descreve com clareza as ambiguidades refletidas no discurso dos jovens: por um lado, a procura de liberdade e felicidade e, por outro, a preocupação com a estabilidade social e o bem-estar das crianças; mas defende, com base na extensa investigação no domínio, que ambos estes motivos serão bem

concretizados dentro dum casamento feliz. Tais resultados têm levado diversas autoridades em vários países do mundo ocidental a procurar soluções para minimizar o impacto da fragilidade e dissolução relacional e promover relações fortes e saudáveis, quer ao nível jurídico, quer ao nível do desenvolvimento de intervenções psicossociais (Carroll & Doherty, 2003; Pihet et al., 2007).

Tal informação leva-nos a pensar numa terceira posição, uma perspetiva alternativa e conciliadora. De facto, quando é afirmado que há o direito a optar por caminhos relacionais, inclusivé o divórcio, isso não significa que não se deva valorizar o casamento; quando se verifica que o caminho para o casamento é cada vez mais a coabitação, não se deve ignorar o facto de que as pessoas continuam a procurar relações de compromisso duradouras; e quando se reconhece que muitas uniões terminam em separação, não se deve abandonar o objetivo de compreender e promover relações conjugais satisfatórias, saudáveis e duradouras.

Há diversas limitações neste estudo, que podem ser entendidas, em parte, como inerentes à metodologia dos *focus groups*. Em primeiro lugar, a amostra é reduzida e por conveniência, não permitindo generalizações ou estabelecimento de relações causais. Em segundo lugar, visto que três jovens viviam já com o par amoroso, a diversidade de perspetivas podia ter sido otimizada ao incluir recém-casados. Também diversas variáveis sociodemográficas e relacionais, embora recolhidas através do questionário, não foram introduzidas na análise de conteúdo realizada, até pelas limitações naturais do contexto deste artigo, que poderiam ter trazido maior precisão e riqueza às reflexões desenvolvidas, como a religiosidade dos jovens, o desejo ou não de casar e o tempo de relação. Estudos quantitativos futuros poderão integrar estas variáveis, com escalas métricas de avaliação de atitudes face ao casamento e coabitação, aprofundando assim as linhas gerais aqui delineadas.

Não obstante, algumas pistas para a prática podem ser retiradas deste estudo e suas reflexões. Além da prática clínica com indivíduos ou casais, este estudo aponta para a importância de intervenções preventivas junto de jovens e até mesmo adolescentes, que poderão ter impacto nas suas decisões e *outcomes* relacionais futuros. Entre algumas competências e temas passíveis de ser abordados, destacam-se: clarificar a definição da relação (e.g., assertividade em abordar assuntos relacionais); clarificar expectativas, nível de compromisso e valores; promover a tomada de decisões vs. “*sliding*”; desenvolver base de amizade, conhecimento mútuo, respeito e empatia, numa perspetiva de valorização do investimento intencional na relação (vs. “desenvolvimento natural”); introduzir temas e/ou antecipar desafios diversos, como dinheiro, família de origem, gestão do tempo, integrando, dentro do possível, dimensões individuais, relacionais e sociais/comunitárias.



Por fim, é importante a consciencialização dos técnicos de que a diversidade ao nível de atitudes e das próprias vivências e processos relacionais é grande e que nem sempre uma relação conjugal implica uma vivência partilhada e assumida da mesma. Duma forma mais geral, é fundamental conhecer a população em que se quer intervir e enquadrá-la cultural e socialmente, evitando importar programas estrangeiros. Talvez assim, pouco a pouco, possamos aprofundar a compreensão na área e melhor contribuir para o desenvolvimento de relacionamentos amorosos que sejam contextos de crescimento pessoal, relacional e comunitário.

### Referências bibliográficas

- Amato, P. R. (2004). Tension between institutional and individual views of marriage. *Journal of Marriage and Family*, 66(4), 959-965.
- Arnett, J. J. (2001). Conceptions of the transition to adulthood: Perspectives from adolescence through midlife. *Journal of Adult Development*, 8(2), 133-143.
- Baxter, J., Haynes, M., & Hewitt, B. (2010). Pathways Into Marriage: Cohabitation and the Domestic Division of Labor. *Journal of Family Issues*, 31(11), 1507-1529.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3, 77-101.
- Brown, S. L. (2003). Relationship Quality Dynamics of Cohabiting Unions. *Journal of Family Issues*, 24(5), 583-601.
- Carroll, J. S., & Doherty, W. J. (2003). Evaluating the effectiveness of premarital prevention programs: A meta-analytic review of outcome research. *Family Relations*, 52(2), 105-118.
- Chaney, C., & Monroe, P. (2011). Transitions to Engagement Among Low-Income Cohabiting African American Couples: A Family Perspective for Policy. *Journal of Family Issues*, 32(5), 653-678.
- Cherlin, A. J. (2004). The deinstitutionalization of American marriage. *Journal of Marriage and Family*, 66(4), 848-861.
- Collins, W. A., & Dulmen, M. (2005). Friendships and Romance in Emerging Adulthood: Assessing Distinctiveness in Close Relationships. In J. J. Arnett & J. L. Tanner (Eds.), *Emerging adults in America: Coming of age in the 21st century*. (pp. 219-234). Washington: American Psychological Association.
- Duvander, A.-Z. E. (1999). The transition from cohabitation to marriage: A longitudinal study of the propensity to marry in Sweden in the early 1990s. *Journal of Family Issues*, 20(5), 698-717.
- Gassanov, M. A., Nicholson, L. M., & Koch-Turner, A. (2008). Expectations to marry among American youth: The effects of unwed fertility, economic activity, and cohabitation. *Youth & Society*, 40(2), 265-288.
- Hahlweg, K., Markman, H. J., Thurmaier, F., Engl, J., & Eckert, V. (1998). Prevention of marital distress: Results of a German prospective longitudinal study. *Journal of Family Psychology*, 12(4), 543-556.
- Halford, W. K. (1999). Australian Couples in Millennium Three: A Research and Development Agenda for Marriage and Relationship Education. Canberra: Australian Department of Family and Community Services.

- Hawkins, M. T., Letcher, P., Sanson, A., Smart, D., & Toumbourou, J. W. (2009). Positive development in emerging adulthood. *Australian Journal of Psychology, 61*(2), 89-99.
- Hsueh, A. C., Morrison, K. R., & Doss, B. D. (2009). Qualitative reports of problems in cohabiting relationships: Comparisons to married and dating relationships. *Journal of Family Psychology, 23*(2), 236-246.
- Kalmijn, M. (2007). Explaining cross-national differences in marriage, cohabitation, and divorce in Europe, 1990-2000. *Population Studies: A Journal of Demography, 61*(3), 243-263.
- Lauer, S., & Yodanis, C. (2010). The Deinstitutionalization of Marriage Revisited: A New Institutional Approach to Marriage. *Journal of Family Theory & Review, 2*(1), 58-72.
- Lindsay, J. M. (2000). An ambiguous commitment: Moving in to a cohabiting relationship. *Journal of Family Studies, 6*(1), 120-134.
- Manning, W. D., & Smock, P. J. (2002). First Comes Cohabitation and Then Comes Marriage?: A Research Note. *Journal of Family Issues, 23*(8), 1065-1087.
- Markman, H. J., & Halford, W. K. (2005). International Perspectives on Couple Relationship Education. *Family Process, 44*(2), 139-146.
- Moore, K. A., McCabe, M. P., & Brink, R. B. (2001). Are married couples happier in their relationships than cohabiting couples? Intimacy and relationship factors. *Sexual and Relationship Therapy, 16*(1), 35-46.
- Morgan, D. L. (1997). *Focus Groups as Qualitative Research* (2 ed. Vol. 16). California: SAGE Publications.
- Narciso, I., & Ribeiro, M. T. (2009). *Olhares sobre a Conjugalidade*. Lisboa: Coisas de Ler.
- Pihet, S., Bodenmann, G., Cina, A., Widmer, K., & Shantinath, S. (2007). Can prevention of marital distress improve well-being? A 1 year longitudinal study. *Clinical Psychology & Psychotherapy, 14*(2), 79-88.
- QSR. (2012). NVivo qualitative data analysis software (Version 10): QSR International Pty Ltd.
- Regan, P. C. (2008). *The Mating Game: A Primer on Love, Sex, and Marriage* (2<sup>nd</sup> ed.): SAGE Publications.
- Relationships Australia Inc. (2008). Relationships Indicators Survey. Australia: Relationships Australia Inc. and CUA.
- Relvas, A. P. (2006). *O Ciclo Vital da Família* (4<sup>a</sup> ed.). Porto: Edições Afrontamento.
- Rhoades, G. K., Stanley, S. M., & Markman, H. J. (2006). Pre-engagement Cohabitation and Gender Asymmetry in Marital Commitment. *Journal of Family Psychology, 20*(4), 553-560.

- Rhoades, G. K., Stanley, S. M., & Markman, H. J. (2009a). Couples' Reasons for Cohabitation: Associations With Individual Well-Being and Relationship Quality. *Journal of Family Issues, 30*(2), 233-258.
- Rhoades, G. K., Stanley, S. M., & Markman, H. J. (2009b). The pre-engagement cohabitation effect: A replication and extension of previous findings. *Journal of Family Psychology, 23*(1), 107-111.
- Rusconi, A. (2004). Different pathways out of the parental home: A comparison of West Germany and Italy. *Journal of Comparative Family Studies, 35*(4), 627-649.
- Sassler, S., & Miller, A. J. (2011). Waiting to Be Asked: Gender, Power, and Relationship Progression Among Cohabiting Couples. *Journal of Family Issues, 32*(4), 482-506.
- Skinner, K. B., Bahr, S. J., Crane, D. R., & Call, V. R. (2002). Cohabitation, marriage, and remarriage: A comparison of relationship quality over time. *Journal of Family Issues, 23*(1), 74-90.
- Stanley, S. M., & Rhoades, G. K. (2009). Marriages at risk: Relationship formation and opportunities for relationship education. In H. Benson & S. Callan (Eds.), *What works in relationship education: Lessons from academics and service deliverers in the United States and Europe* (pp. 21-44). Doha, Qatar: Doha International Institute for Family Studies and Development.
- Stanley, S. M., Rhoades, G. K., & Fincham, F. D. (2011). Understanding romantic relationships among emerging adults: The significant roles of cohabitation and ambiguity. In F. D. Fincham & M. Cui (Eds.), *Romantic Relationships in Emerging Adulthood*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Stanley, S. M., Rhoades, G. K., & Markman, H. J. (2006). Sliding versus Deciding: Inertia and the premarital cohabitation effect. *Family Relations, 55*(4), 499-509.
- Willoughby, B. J., Hall, S. S., & Luczak, H. P. (2013). Marital Paradigms: A Conceptual Framework for Marital Attitudes, Values, and Beliefs. *Journal of Family Issues*. Advance online publication.

### **Artigo 3: Atitudes face ao casamento de jovens adultos numa relação amorosa<sup>31</sup>**

---

<sup>31</sup> Monteiro, A. P., & Ribeiro, M. T. Atitudes face ao casamento de jovens adultos numa relação amorosa. Manuscrito submetido para publicação a Novembro de 2013.



**Atitudes face ao Casamento de Jovens Adultos numa Relação Amorosa**  
**Attitudes toward Marriage of Young Adults in a Committed Dating Relationship**

Resumo

Pretende-se, com este trabalho, apresentar os resultados da validação para a população portuguesa da Escala de Atitudes face ao Casamento (EAC; versão original, Marital Attitudes Scale - MAS), formulada de modo a poder ser usada quer com indivíduos solteiros quer casados. A MAS (Braaten & Rose, 1998) foi desenvolvida para colmatar algumas lacunas de escalas anteriores, tendo apresentado boas propriedades psicométricas. No presente estudo, a escala foi aplicada a 558 jovens solteiros, numa relação amorosa. Após uma análise factorial exploratória, com recurso ao método Componentes Principais, foram retirados oito itens, ficando a escala com 15 itens, um valor *alpha* de .86 e correlação inter-itens de .35 a .68. A escala apresentou ainda capacidade discriminante entre participantes com pais divorciados e pais casados. Dados exploratórios são apresentados, relativos às variáveis sexo, idade, duração da relação, atitudes face à coabitação/ divórcio, religiosidade, e situação relacional (namoro / coabitação).

*Palavras-chave:* Atitudes face ao Casamento; Escala; Jovens Adultos.

Abstract

The aim of this work is to present the validation process of the Portuguese version of the *Marital Attitudes Scale* (MAS; Braaten & Rosen, 1998), written in a way it can be used with both singles and married individuals. The MAS was developed to address some shortcomings of previous scales and showed good psychometric properties. In the present study, the scale was applied to 558 single young adults in a committed relationship. Based on an exploratory factorial analysis, with the Principal Components method, eight items were removed, leaving the final version of the scale with 15 items, an alpha of .86 and inter-items correlation between .35 and .68. The scale also showed good discriminant validity in that it discriminated students from divorced homes from those with nondivorced parents. Some exploratory data are presented, regarding gender, age, relationship duration, attitudes toward cohabitation and divorce, religious involvement, and relational status (dating/cohabitating).

*Keywords:* Attitudes toward Marriage; Scale; Young Adults

## Introdução

Ao longo das últimas décadas, o casamento e os relacionamentos amorosos no geral têm sofrido profundas transformações, que se traduzem, por exemplo, na diminuição de casamentos quer civis quer religiosos, no aumento do número de divórcios, na normalização da coabitação e das uniões de facto e na diversidade de organizações familiares. Não obstante, a vasta maioria das pessoas solteiras, independentemente do país e da cultura, afirma o desejo de se vir a casar um dia, percebendo o casamento como algo valoroso e como um investimento a longo prazo (Markman & Halford, 2005; Regan, 2008). De facto, estima-se que nove em cada dez pessoas casarão pelo menos uma vez ao longo da sua vida (Regan, *ibidem*).

Acompanhando e reconhecendo a importância destas transformações, vários estudos têm sido desenvolvidos internacionalmente no domínio das atitudes face ao casamento<sup>32</sup> (AFC). Willoughby e colaboradores (2013) salientam a pertinência bem documentada da área, especificamente as suas implicações nas decisões e transições vividas pelos jovens adultos, mas alertam para a diversidade de construtos frequentemente incluídos sob o termo ‘atitudes face ao casamento’. De facto, instrumentos criados para avaliar as AFC afastam-se por vezes de construtos fundamentais como a centralidade e a permanência do casamento (o que se sente e pensa da instituição ‘casamento’), para incluírem dimensões contextuais ou de *timing*, como qual a idade ideal para casar e que condições devem estar garantidas para se poder casar. Estas dimensões prendem-se mais com as expectativas de casar ou do sentido de estar preparado para casar<sup>33</sup>, i.e., com a presença ou não de um desejo ou disponibilidade para casar em determinado ponto temporal (cf. Gassanov, Nicholson, & Koch-Turner, 2008; Larson & Thayne, 1999; Mosko & Pistole, 2010; Willoughby, Carroll, Vitas, & Hill, 2012). Distintamente, as AFC referem-se, então, de forma simples, à opinião subjectiva, positiva ou negativa, de uma pessoa face ao casamento. Estas são moldadas por uma complexidade de factores, uns mais contextuais, como o tempo específico e a cultura vigente, outros mais proximais como, por exemplo, a experiência do indivíduo na sua própria família (Braaten & Rosen, 1998) e influenciam elas mesmas a tomada de decisão e o comportamento das pessoas (Willoughby et al., 2013).

Para referir apenas algumas áreas de investigação neste domínio, destacam-se estudos sobre as AFC dos adolescentes (Manning, Longmore, & Giordano, 2007; Martin, Specter, Martin,

---

<sup>32</sup> No âmbito deste estudo e da escala em questão, é abarcado especificamente o casamento heterossexual, pelo que AFC deve ser entendido como AFC heterossexual no âmbito de todo o artigo.

<sup>33</sup> De difícil tradução para o português, este conceito de estar preparado ou de prontidão para o casamento refere-se ao termo em inglês, *marriage readiness*.



& Martin, 2003; Silliman, 2004); sobre o seu significado para os jovens (Kefalas, Furstenberg, Carr, & Napolitano, 2011); sobre os antecedentes das AFC, como religiosidade (Eggebeen & Dew, 2009; Mosko & Pistole, 2010) e divórcio parental/estrutura familiar (Cunningham & Thornton, 2006; Johnson, 2011; Kinnaird & Gerrard, 1986; Segrin, Taylor, & Altman, 2005; Whitton, Rhoades, Stanley, & Markman, 2008); sobre a relação entre as AFC e diferentes percursos relacionais, como a coabitação (Clarkberg, Stolzenberg, & Waite, 1995; Cunningham & Thornton, 2007) e experiência sexual (Willoughby & Carroll, 2010); e sobre as AFC e variáveis relacionais como qualidade relacional e compromisso (Riggio, 2008).

Nestes estudos, entre outros, diversas medidas são usadas, algumas apenas com um item (Willoughby et al., 2012) ou quatro itens (Willoughby & Carroll, 2010), outras mais complexas. Uma das escalas mais utilizadas (e.g., Larson & Thayne, 1999) é originalmente de Wallin (1954) e foi adaptada e validada mais tarde por Greenberg e Nay (1982). Encontra-se ainda uma escala de Olson e Gravatt (PMAS; 1968) e, mais recentemente, uma escala de cinco pólos opostos (Riggio, 2008).

Sendo esta variedade de medidas em si já uma dificuldade para a análise e generalização dos resultados deste corpo de literatura, as escalas acima referidas apresentam diversas limitações. Estas prendem-se, desde logo, com a falta de estudos psicométricos completos publicados de validação dos instrumentos. Outra limitação é o facto de serem já bastante antigas e portanto remetendo para realidades sociais e relacionais provavelmente distintas da actualidade, como é o caso da escala de Wallin (1954), com quase 60 anos. Uma desvantagem comum à maioria é a de serem construídas para aplicação a participantes solteiros, sendo a formulação dos itens específica para quem não é casado. Tal não permite, por exemplo, a utilização das mesmas em estudos longitudinais ou em avaliação de intervenções com casais de namorados e noivos, nos momentos de pré e pós-intervenção, já depois do casamento.

Procurando dar resposta a estas questões, Braaten e Rosèn (1998) apresentam uma nova escala de atitudes face ao casamento, designada de *Marital Attitudes Scale* (MAS), unidimensional e aplicável quer a solteiros quer a casados. A escala, de auto-relato, apresenta 23 itens, em forma de afirmações, face aos quais os participantes expressam o seu grau de acordo numa escala de 4 pontos. Seis dos itens requerem que o participante avalie os seus sentimentos face ao seu casamento actual ou face a um casamento futuro, possível, e os restantes prendem-se com conceitos mais genéricos relacionados com o casamento. O *score* da escala é resultado da soma dos itens (*Strongly Agree* = 1; *Agree* = 2; *Disagree* = 3; *Strongly Disagree* = 4), após a correcção de nove itens invertidos (formulados positivamente face ao casamento), podendo variar dum mínimo de 23 a um máximo de 92. Valores mais elevados

indicam uma atitude face ao casamento mais positiva, com maior desacordo face aos itens desfavoráveis ao casamento.

No estudo original (Braaten & Rosen, 1998), a MAS foi aplicada a 499 estudantes e apresentou valores médios entre 35 e 72, com desvio padrão de 7.07. O coeficiente alfa foi de .82, indicando uma consistência interna elevada. As autoras verificaram ainda a estabilidade temporal da escala, fazendo análises de fiabilidade, teste-reteste, com 206 participantes (Bassett, Braaten, & Rosen, 1999). Estes completaram a MAS em duas ocasiões, separadas por seis semanas, sendo que a análise realizada revelou uma correlação de .85.

Além da investigação conduzida pelas autoras da MAS, a escala foi já utilizada em estudos publicados recentemente, por exemplo, relacionando as AFC com a vinculação e religiosidade (Mosko & Pistole, 2010) e com o divórcio parental (Segrin et al., 2005).

A importância do domínio da conjugalidade e atitudes face ao casamento, associado às boas características psicométricas da escala, à possibilidade da sua utilização com solteiros e casados e ao facto de não existir em Portugal, no conhecimento das autoras, uma escala validada neste domínio, apontam assim para a pertinência da tradução e adaptação da MAS para a população portuguesa. Sendo assim, o presente estudo pretende, primeiramente, apresentar o processo de validação da versão portuguesa da MAS e, em segundo lugar, avançar com alguns resultados preliminares exploratórios do seu funcionamento numa amostra de jovens solteiros, numa relação amorosa comprometida, deixando pistas para futuras investigações no domínio.

## **Método**

### **Participantes**

A amostra é constituída por 558 indivíduos de ambos os sexos, cerca de 60% dos quais mulheres ( $F = 364$ ), de nacionalidade portuguesa, com idades compreendidas entre os 18 e os 28 anos ( $M = 22.45$ ,  $DP = 2.69$ ). Na definição da faixa etária considerou-se, por um lado, o interesse em estudar jovens adultos e, por outro lado, a delimitação da faixa etária enquanto factor de homogeneização da amostra. Definiram-se ainda, como critérios de selecção, o tempo de namoro não inferior a seis meses e o tempo de coabitação não superior a dois anos (momento a partir do qual a relação pode ser reconhecida juridicamente como uma união de facto), havendo uma média de tempo da relação de três anos ( $DP = 2.46$ ), entre seis meses e onze anos. A maioria dos participantes é estudante do Ensino Superior e vive com familiares e 28% são trabalhadores. Quanto à religiosidade, 35% dos participantes afirmaram não ter qualquer crença religiosa, e, dos que se identificaram com religiosos (essencialmente Católicos), cerca de 33% considerou-se não praticante. Em 26% dos jovens, um ou ambos os pais eram divorciados. Cerca de 90% dos participantes tinham vida sexual activa na relação presente,

cerca de 36% respondeu dormir pontual ou frequentemente em casa do par amoroso, e apenas 22% afirmaram desejar viver juntos apenas no caso de casarem. Quando questionados sobre planos de casamento, enquanto a maioria dos participantes afirmou já ter falado disso mas sem planos específicos, 18% por cento dos jovens tinham planos específicos de casar e, pelo contrário, apenas 6,4% afirmaram não ter desejo de casar um dia.

### **Instrumentos**

Os participantes completaram um conjunto de instrumentos de avaliação de auto-resposta, constituída pela versão portuguesa da MAS e por outras escalas que extrapolam o âmbito deste estudo, por terem sido aplicadas no contexto de uma investigação mais alargada. Além da MAS, preencheram um questionário socio-demográfico e relacional detalhado, assim como quatro itens referentes a atitudes face ao divórcio e à coabitação (Cunningham & Thornton, 2006, 2007).

- *Marital Attitudes Scale*, MAS (Braaten & Rosen, 1998). É um questionário de auto-relato, com uma escala de Likert de 4 pontos, cuja tradução seguiu os procedimentos de tradução-retroversão, ou seja, após a autorização dada pela autora da escala original, foi feita a tradução da mesma por dois peritos na área, sendo cada uma dessas traduções sujeita a retroversão por dois peritos, um bilingue, outro com conhecimento proficiente da língua inglesa; finalmente foram comparadas cada uma das versões com a escala original, optando-se pelos termos e itens com maior proximidade à escala original. O instrumento foi ainda administrado a três participantes, com o objectivo de verificar a adequação do vocabulário e a compreensão unívoca dos itens, discutindo-se com eles, após a aplicação, os vários itens do questionário. Visto não ter havido qualquer comentário em contrário, os itens permaneceram iguais.

A versão portuguesa ficou assim com os 23 itens originais e a mesma escala de resposta, correspondendo o ponto 1 a 'Concordo Totalmente', o 2 a 'Concordo', o 3 a 'Discordo', e o ponto 4 a 'Discordo Totalmente'. Todos os itens escritos na positiva, indicando atitudes favoráveis ao casamento, são invertidos, sendo que valores mais altos correspondem a atitudes mais positivas. Diferentemente da MAS, cujo *score* total corresponde à soma dos diferentes itens, foi decidido utilizar a média total dos itens, pela maior facilidade de compreensão dos resultados (situando-os ao longo da escala de Likert) e maior possibilidade de comparação com os itens que procuram avaliar as atitudes face ao divórcio e coabitação. A designação escolhida para a versão portuguesa da MAS foi a de, '*Escala de Atitudes face ao Casamento*' (EAC).

- Atitudes face ao Divórcio (AD; Cunningham & Thornton, 2006) e face à Coabitação (AC; Cunningham & Thornton, 2007). Os autores criaram dois pares de itens que pretendem captar as atitudes face quer à coabitação, quer ao divórcio. Cada par tem um item que deve ser invertido, de forma a que valores positivos indiquem atitudes mais favoráveis. Os dois itens

referentes às AC podem ser usados individualmente ou agrupados num índice único, com uma correlação, no estudo original, que variou entre .83 e .86. Os itens das AD não apresentaram valores adequados de correlação entre ambos, pelo que os itens devem ser utilizados como indicadores independentes. As quatro afirmações foram traduzidas para português, sendo que as referentes à coabitação são “*Está certo um casal viver junto sem planejar casar.*” (AC1) e “*Um jovem casal não deverá viver junto a não ser que seja casado.*” (AC2; invertido); e as que dizem respeito ao divórcio são, “*Quando há crianças na família, os pais devem permanecer juntos mesmo que não se dêem bem.*” (AD1; invertido) e “*O divórcio é normalmente a melhor solução, quando um casal parece não conseguir resolver os seus problemas conjugais.*” (AD2).

### **Procedimentos**

Este estudo insere-se num projecto mais alargado de Doutoramento da primeira autora, tendo sido aprovado pelo Conselho Científico da Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, órgão que à data era responsável pela sua avaliação científica e ética.

Os dados foram recolhidos em formato papel junto de uma amostra de conveniência, através de contactos informais com aplicação individual e também em grupo, em contexto universitário (especificamente nos cursos de Psicologia, Direito, Medicina e Ciências) e empresarial (e.g., *call-centers*, empresas de consultoria). A primeira página do protocolo continha informação relativa à natureza e objetivos do estudo, contexto de investigação, investigadores, tempo médio de preenchimento, critérios de inclusão e espaço para a assinatura do consentimento informado.

### **Análises Estatísticas**

Os procedimentos estatísticos foram efectuados através do programa *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS), versão 19.0 para o Windows. Através desta ferramenta de cálculo, foram determinadas estatísticas descritivas, como frequências, médias e desvios-padrão no que respeita às características sociodemográficas da amostra e às variáveis em estudo.

Para o processo de validação da versão portuguesa da MAS, foi realizada uma análise factorial exploratória, com recurso ao método Componentes Principais, com rotação oblíqua *Direct Oblim* (Field, 2009). Foram também calculados os *alphas* de Cronbach (Cronbach, 1970; Maroco & Garcia-Marques, 2006). Para verificar a validade discriminante, recorreu-se à variável ‘divórcio parental’, utilizada igualmente no estudo original da MAS (Braaten & Rosen, 1998), cuja relação com as AFC tem sido consistentemente encontrada e replicada na literatura na área: pessoas cujos pais se divorciaram apresentam valores na MAS significativamente mais baixos que os valores das que têm os pais casados.

Após o estudo de validação da escala, foram realizadas ainda algumas análises exploratórias simples do funcionamento da mesma na amostra utilizada, tendo sido estudadas

as seguintes variáveis: sexo, idade, duração da relação, AD e AC, religiosidade e situação relacional. De acordo com as características das variáveis, recorreu-se à correlação de *Pearson*, à estatística *t-Student* e ao teste ANOVA *one way*, utilizado após verificação dos pressupostos da normalidade com o teste de Kolmogorov-Smirnov e da homocedasticidade com o teste de Levene. Na análise com a ANOVA, a dimensão do efeito foi avaliada pelo  $\eta^{2p}$  e as diferenças entre grupos foram avaliadas com o procedimento *posthoc* Gabriel para  $\alpha = .05$  (Field, 2009).

## Resultados

### Estudo de Validação da EAC

Para a análise factorial exploratória da EAC, foi realizada uma análise de Componentes Principais, com rotação *Direct Oblim*. Numa primeira leitura, dois factores surgiram com *loadings* superiores a 1 (Quadro 1). O primeiro incluía 16 itens, com *loadings* superiores a .20: 1 – 3, 5, 7 – 8, 11 – 12, 5, 17 – 23, itens esses com correlações item-total superior a .35, à excepção do item 8. Este item acabou por ser retirado ao verificar-se que, além da correlação baixa, também o valor do *alpha* de Cronbach da escala aumentava com a sua exclusão. Também o item 16 foi excluído por não saturar em nenhum factor e apresentar uma correlação item-total baixa e negativa. O segundo factor foi de compreensão difícil, por se verificarem correlações item-total muito baixas e por diversos itens nele incluídos afectarem negativamente o *alpha* da escala. Em termos de conteúdo, esses itens caracterizavam-se sobretudo por frases genéricas, principalmente começadas por “a maioria das/dos pessoas/casamentos”. Sendo assim, esse factor não foi incluído na escala, ficando a mesma unidimensional, com 15 itens no total, com um valor *alpha* de Cronbach de .86, correlações item-total de .35 a .67 e explicando 31.08% da variância total. O *score* médio é de 2.82, situando-se assim entre os pontos “Não concordo” e “Concordo”.

Quadro 1. *Resumo das estatísticas descritivas e loadings dos 23 itens da escala de AFC, com o método Principal Axis Factoring, rotação oblíqua Direct Oblim (N = 558)*

| Item   | Loading |         | M    | DP  |
|--|---------|---------|------|-----|
|  | Factor1 | Factor2 |      |     |
| 1. As pessoas deveriam casar.*   | ,78     | ,20     | 2,66 | ,81 |
| 2. Tenho pouca confiança que o meu casamento será um sucesso.                        | ,33     | ,50     | 3,29 | ,69 |
| 3. As pessoas deveriam ficar casadas com o seu cônjuge para o resto das suas vidas.* | ,59     | --      | 2,49 | ,98 |
| 4. A maioria dos casais ou é infeliz no seu casamento ou é divorciada.               | --      | ,59     | 3,03 | ,71 |

|   |     |     |      |     |
|---|-----|-----|------|-----|
| 5. Ficarei satisfeito(a) quando casar.*   | ,65 | ,38 | 3,08 | ,80 |
| 6. <i>Tenho receio do casamento.</i>  | --  | ,51 | 2,86 | ,84 |
| 7. Tenho dúvidas a respeito do casamento.   | ,34 | ,59 | 2,83 | ,88 |
| 8. <i>As pessoas só devem casar se têm a certeza de que durará para sempre.*</i>                    | ,49 | --  | 2,85 | ,90 |
| 9. <i>As pessoas deviam ser muito cautelosas quanto a casarem.*</i>                                 | --  | ,35 | 1,82 | ,71 |
| 10. <i>A maioria dos casamentos são situações infelizes.</i>  | --  | ,66 | 3,11 | ,69 |
| 11. O casamento é só um contrato legal.   | ,60 | ,33 | 2,97 | ,92 |
| 12. O casamento é um acto sagrado.*   | ,64 | --  | 2,73 | ,93 |
| 13. <i>A maioria dos casamentos não é uma parceria igualitária.</i>                                 | --  | ,46 | 2,72 | ,65 |
| 14. <i>A maioria das pessoas tem de sacrificar demasiado no casamento.</i>                          | --  | ,59 | 2,71 | ,69 |
| 15. Visto que metade dos casamentos termina em divórcio, o casamento parece fútil.                  | ,41 | ,55 | 3,08 | ,72 |
| 16. <i>Se eu me divorciasse, provavelmente voltaria a casar.*</i>                                   | --  | --  | 2,34 | ,73 |
| 17. Quando as pessoas não se dão bem, acredito que se devem divorciar.                              | ,41 | --  | 1,85 | ,76 |
| 18. Acredito que um relacionamento pode ser tão forte mesmo sem passar pela cerimónia de casamento. | ,53 | --  | 1,49 | ,68 |
| 19. O meu sonho de vida inclui um casamento feliz.*   | ,71 | ,28 | 3,14 | ,92 |
| 20. Um casamento feliz é algo que não existe.   | ,26 | ,50 | 3,52 | ,60 |
| 21. O casamento limita os indivíduos no alcance dos seus objectivos.                                | ,22 | ,46 | 3,31 | ,66 |
| 22. As pessoas não foram feitas para permanecer num relacionamento para toda a vida.                | ,33 | ,48 | 3,31 | ,63 |
| 23. O casamento proporciona companheirismo que falta noutros tipos de relacionamento.*              | ,58 | --  | 2,66 | ,87 |

*Nota:* Os itens a itálico foram retirados após a análise factorial.

\* Itens invertidos.

Terminando o estudo de validade da escala, seguiu-se o procedimento realizado no seu estudo original (Braaten & Rosen, 1998), onde se recorreu à variável 'divórcio parental' para verificar a validade discriminante da MAS. A capacidade discriminante verificada nesse estudo replicou-se no presente, sendo que se encontraram diferenças significativas entre as médias das AFC dos participantes com pais divorciados e as daqueles em que nenhum progenitor se divorciou, sendo que estes últimos apresentam AFC mais positivas ( $t(552) = 5.28, p < .001$ ).

### **Estudo Exploratório da EAC**

Quanto ao funcionamento da EAC na amostra em questão, diversas variáveis socio-demográficas e relacionais foram analisadas, como estudo exploratório da escala,

especificamente: sexo, idade, duração da relação, AD e AC, religiosidade e situação relacional (para uma síntese dos valores médios, ver Quadro 2). As análises para verificação dos pressupostos da normalidade com o teste de Kolmogorov-Smirnov e da homocedasticidade com o teste de Levene, fundamentais para a realização de ANOVAs, mostraram robustez suficiente para prosseguir as análises.

Quadro 2. *Comparação de médias de variáveis socio-demográficas e relacionais, com recurso aos testes t de Student e ANOVA one way*

| Variáveis                   | M    | SD  |
|-----------------------------|------|-----|
| Sexo                        | 2.81 | .57 |
| Feminino <sup>a</sup>       | 2.81 | .57 |
| Masculino <sup>a</sup>      | 2.85 | .66 |
| Idade                       |      |     |
| 18-20 <sup>a</sup>          | 2.81 | .50 |
| 21-24 <sup>a</sup>          | 2.84 | .45 |
| 25-28 <sup>a</sup>          | 2.82 | .49 |
| Religiosidade               |      |     |
| Não <sup>b</sup>            | 2.54 | .41 |
| Não praticante <sup>b</sup> | 2.78 | .35 |
| Praticante <sup>b</sup>     | 3.19 | .41 |
| Divórcio parental           |      |     |
| Não <sup>b</sup>            | 2.88 | .46 |
| Sim <sup>b</sup>            | 2,64 | .46 |
| Estatuto relacional         |      |     |
| Sem coabitação <sup>b</sup> | 2.88 | .47 |
| Com coabitação <sup>b</sup> | 2.64 | .43 |

<sup>a</sup> Não significativo. <sup>b</sup> Significativo  $p < .001$ .

Desde logo, verificou-se que não existem diferenças significativas quanto às AFC entre sexos ( $t(586) = -1.08$ ,  $p = .28$ ) e diferentes grupos de idade ( $F(2,588) = .308$ ;  $p = .74$ ;  $\eta^2 p < .001$ ). Também não se encontrou uma correlação significativa entre as AFC e a duração da relação ( $r = -.06$ ,  $p = .14$ ).

A correlação de Pearson foi também usada para analisar a relação entre as AFC e as atitudes face ao divórcio e coabitação, sendo que a EAC mostrou uma relação positiva significativa com todos os itens. A correlação mais forte foi com o índice único de AC ( $r = .64$ ;  $p$

< .001), sendo que as correlações com os itens AD1 e AD2 foram médias ( $r = .40$ ;  $p < .001$ ;  $r = .38$ ;  $p < .001$ ; respectivamente).

Quanto à religiosidade, observou-se um efeito estatisticamente significativo do envolvimento religioso<sup>34</sup> sobre as AFC dos participantes ( $F(3,584) = 91.21$ ;  $p < .001$ ;  $\eta^2p = .32$ ). Com as análises de comparações múltiplas, realizadas com o teste *post-hoc* Gabriel (Field, 2009), evidenciaram-se diferenças estatisticamente significativas entre as médias de todos os três grupos ( $p < .001$ ), num crescente paralelo ao envolvimento religioso. Assim, os participantes não religiosos ( $M = 2.54$ ;  $DP = .41$ ) relatam as atitudes face ao casamento menos favoráveis, seguidos pelos que se dizem crentes mas não-praticantes ( $M = 2.78$ ;  $DP = .35$ ), sendo as atitudes mais favoráveis encontradas no grupo dos crentes praticantes ( $M = 3.19$ ;  $DP = .41$ ).

Por último, foram comparados os participantes que vivem com familiares ( $M = 2.88$ ;  $DP = .47$ ) com os participantes que coabitam com o par amoroso ( $M = 2.64$ ;  $DP = .43$ ). Verificou-se existirem diferenças significativas entre ambos ( $t(449) = 3.91$ ;  $p < .001$ ), sendo que quem vive com o/a namorado/a tem, em média, atitudes menos positivas face ao casamento.

### Discussão

Numa altura de grandes mudanças no desenvolvimento relacional dos jovens, a investigação tem vindo a acompanhar os seus percursos, intensificando o estudo das atitudes face ao casamento e suas relações com diversas variáveis antecedentes e consequentes. Procurou-se, no presente trabalho, contribuir para este domínio científico, apresentando uma escala empiricamente validada e adaptada para a população portuguesa, com possibilidades de uso simples e em populações quer de solteiros, quer de casados e lançando pistas da sua aplicabilidade no estudo de diversas variáveis socio-demográficas e relacionais.

Em primeiro lugar, no que respeita ao estudo de validação da EAC, este apresenta-a como um instrumento sólido e com bons índices de qualidade psicométrica. Foram retirados oito itens, ficando a escala final com um total de 15 itens que reflectem dimensões atitudinais relacionadas principalmente com a saliência e a permanência do casamento (Willoughby et al., 2013).

Embora possa afastá-la da escala original, a retirada dos itens parece dotar a EAC de maior especificidade em termos de conceitos incluídos. Os itens retirados incluíam afirmações algo ambivalentes, que podem ter sido interpretadas como questões imputáveis às pessoas, e não à instituição do casamento. O facto de muitas serem generalizações pode ter suscitado uma expressão de desacordo por participantes que compreendem, não obstante, a existência de

---

<sup>34</sup> Foi excluído o grupo que se identificou como crente mas sem especificar o seu envolvimento religioso, por ser uma subamostra muito pequena ( $n = 16$ ).



minorias; por exemplo, é possível ter uma visão que a maioria das pessoas não vive feliz e adequadamente no seu casamento mas acreditar que existe uma expressiva minoria que mantém o valor da instituição do casamento. No fundo, diversos itens excluídos pareciam avaliar o que se considera que as outras pessoas acham ou fazem dos seus casamentos e não as crenças e atitudes pessoais. Tal verifica-se, por exemplo, no item 4, que foi retirado: “*A maioria dos casais ou é infeliz no seu casamento ou é divorciada*”. Um participante pode concordar em parte com esta afirmação, face, por exemplo, ao número de divórcios, mas ter AFC positivas, considerando-se distinto da maioria. Veja-se também o item 13: “*A maioria dos casamentos não é uma parceria igualitária*” – é coerente crer-se que ainda é prevalente uma visão e vivência desigual dos papéis de cada elemento do casal dentro do casamento mas considerar que há também uma minoria satisfeita com uma vivência relacional diversa e equitativa. Frases mais específicas e centradas no casamento em si poderiam, assim, ter promovido maior coerência e especificidade conceptual na tomada de posição dos participantes; por exemplo, o item 13 poderia ter sido escrito da seguinte forma: “*o casamento promove parcerias pouco igualitárias*”. Com a exclusão dos oito itens, sugerida através do processo de validação acima descrito, conseguiu-se assim simplificar e aperfeiçoar conceptualmente a escala.

Prosseguindo com as estatísticas descritivas da escala, é de destacar que a média da EAC é positiva, expressando a existência de atitudes genericamente favoráveis ao casamento, como encontradas na literatura (Markman & Halford, 2005). De facto, note-se que o item com o valor médio mais elevado foi o 20, “*Um casamento feliz é algo que não existe*” ( $M = 3.52$ ), denotando a crença global na existência de casamentos felizes. O mesmo parece ser traduzido nos itens com a segunda maior média ( $M = 3.31$ ), os itens 21 e 22 (“*O casamento limita os indivíduos no alcance dos seus objectivos*” e “*As pessoas não foram feitas para permanecer num relacionamento para toda a vida*”, respectivamente), que salientam a crença das possibilidades de realização pessoal no casamento e as dimensões de estabilidade e permanência.

Não obstante, é de notar que a tendência positiva da média da escala parece ser ligeira, visto que se encontra entre as opções de resposta ‘Não concordo’ e ‘Concordo’. É importante reflectir se tal poderá dever-se ao facto da escala de resposta Likert ser de quatro pontos e se esta será ou não uma limitação da EAC, por não incluir uma opção de ‘Não concordo nem discordo’, considerada mais neutra, ou uma opção de ‘Discordo em parte’ ou ‘Concordo em parte’. A este respeito, Nunes e colaboradores (2008) apontam, por um lado, para as vantagens de se usar escalas de Likert reduzidas, com um máximo de 4 pontos, por optimizarem a escala e até conduzirem o participante a assumir uma posição mais clara. Por outro, os mesmos autores (Nunes et al., 2008) alertam para a especificidade que alguns conteúdos podem trazer, exigindo maior precisão na avaliação, i.e., mais opções possíveis de resposta. Ambas as considerações

parecem relevantes tendo em conta as especificidades do domínio abrangido pela EAC, ao procurar avaliar as atitudes face ao casamento, enquanto instituição. Este é um tema controverso, mesmo ao nível da investigação na área, com discursos fortes do que é considerado socialmente aceitável, discursos até desfavoráveis ao mesmo, que poderão traduzir-se na apreensão em se adoptar um posicionamento claro face ao tema (Amato, 2004; Lauer & Yodanis, 2010). Assim, embora os quatro pontos da escala obriguem os participantes a assumirem um dos pólos, de acordo ou desacordo, estes parecem procurar uma posição neutra. Neste sentido, é revelador que, no estudo original, as autoras (Braaten & Rosen, 1998) tenham verificado que a MAS estava significativamente correlacionada com a escala de Desejabilidade Social, salientando a questão desta desempenhar de facto um papel relevante na forma como as pessoas respondem a questões relacionadas com casamento e relacionamentos em geral.

Por fim, no que concerne ao estudo de validação da EAC, esta apresentou boa validade discriminante na medida em que, tal como no estudo original, distinguiu os participantes com pais divorciados (com AFC menos positivas) daqueles cujos pais eram divorciados. Este efeito, consistentemente encontrado na literatura, salienta a influência central dos pais e vivências relacionais familiares no processo de construção de atitudes dos jovens, havendo alguns indicadores que apontam para o seu impacto nas opções conjugais futuras (Willoughby et al., 2013). A dissolução talvez penosa do casamento dos pais pode, por exemplo, levar a um evitamento do casamento e à adopção de alternativas conjugais, como a coabitação, que têm, contraditoriamente, maior risco de instabilidade relacional (Stanley, Rhoades, & Fincham, 2011).

Tais reflexões conduzem-nos à análise exploratória dos dados, na amostra em que a EAC foi aplicada. No que respeita às atitudes face ao divórcio e coabitação, as correlações com a EAC foram positivas e significativas para todos os itens, indicando que não são dimensões polarizadas ou contraditórias, ou mesmo exclusivas, mas sim coexistentes, i.e., um jovem pode ter uma atitude favorável ao casamento e igualmente favorável à coabitação e ao divórcio. A investigação tem mostrado, no entanto, que os jovens com AFC positivas tendem a não apoiar a opção pela coabitação quando não há planos para casar no futuro (Willoughby & Carroll, 2012). Mais investigação terá de verificar se essa associação se confirma, visto não se ter tido essa variável em conta. Os valores mais baixos de correlação da EAC, embora significativos, prendem-se com as AD, o que é compreensível visto a EAC conter itens associados à dimensão de permanência do casamento (Willoughby et al., 2013).

Quanto ao sexo dos participantes, não se verificaram diferenças significativas, sendo que homens e mulheres parecem partilhar AFC semelhantes, o mesmo acontecendo entre diferentes grupos de idade. Interessante verificar que as AFC não se correlacionam

significativamente com a duração da relação, sugerindo que estas não se tornam mais favoráveis com o avançar da relação. No entanto, estudos longitudinais serão necessários para testar esta interpretação.

Por sua vez, o envolvimento religioso teve um efeito significativo nas AFC, como verificado noutros estudos, resultado espectável visto que o cristianismo, assim como outras grandes correntes religiosas, valoriza o casamento institucional (Mosko & Pistole, 2010). É de notar, ainda, que o efeito é maior de acordo com o envolvimento religioso, e não apenas com o se assumir crer numa determinada religião. Assim, as pessoas que se consideram praticantes, implicadas activamente nas suas crenças, são as que têm AFC mais positivas, sendo o único grupo a passar, em média, o ponto 3 da escala ('Concordo').

Por fim, é interessante observar que os participantes que vivem juntos apresentam AFC mais desfavoráveis do que os que vivem com a família. Vários estudos têm procurado conhecer a relação entre a coabitação e o casamento, encontrando vários significados e expectativas, como a coabitação como um passo para o casamento, como uma alternativa ao mesmo ou como uma fase do namoro sem um nível de compromisso superior (e.g., Clarkberg et al., 1995; Manning & Smock, 2002; Rhoades, Stanley, & Markman, 2009). O resultado referido aponta para a coabitação não tanto como um percurso para o casamento (onde se esperariam AFC iguais ou mais positivas) mas mais como uma alternativa a este, que não é, então, visto com tanta positividade. Mais investigação na área é naturalmente necessária, explorando o desejo de casar e a relação deste com as AFC e as AC.

#### **Limitações e Pistas para Investigações Futuras**

A presente investigação, não obstante o contributo que traz ao domínio da avaliação psicológica e à compreensão das atitudes face ao casamento dos jovens portugueses, tem diversas limitações. Em primeiro lugar, os seus resultados devem ser considerados na perspectiva de uma amostra de conveniência, não probabilística, logo não generalizável a outras populações. Naturalmente, tal aplica-se não só às questões de generalização à população portuguesa como à compreensão do fenómeno no contexto europeu e internacional, visto que o casamento contém uma dimensão fortemente sociocultural, embora seja uma instituição universal.

Uma limitação assinalável é a ausência de um estudo de validade convergente da EAC. A especificidade do construto avaliado e a ausência doutra escala semelhante validada para a população portuguesa não permitiu, assim, aprofundar o processo de validação da escala. Também necessária é a realização de um estudo de teste / reteste da EAC, de forma a avaliar a estabilidade temporal da mesma. A inclusão de indivíduos noutras faixas etárias será fundamental, assim como de participantes noutros estatutos relacionais (e.g., casados).

Tendo estas limitações em consideração, o estudo de validação e a análise exploratória dos dados deixam algumas pistas para investigações futuras. Desde logo, a exclusão de oito itens na versão portuguesa da MAS pode levar os investigadores a equacionarem diferentes formulações dos mesmos, procurando compreender se as limitações destes podem ser ultrapassadas. Também uma diferente escala de Likert pode ser testada, de cinco ou sete pontos, incluindo assim opções de resposta que mais facilmente permitam a integração de dimensões de ambiguidade características de temas como o casamento. Outros estudos deverão também aprofundar as variáveis aqui estudadas, incluindo as suas inter-relações e usando instrumentos mais completos (e.g., escalas de atitudes face à coabitação e divórcio). Poderão igualmente envolver outras variáveis como o desejo expresso de casar ou coabitar. Importante será também o desenvolvimento de estudos com *designs* longitudinais de forma a averiguar, por um lado, se há dinâmicas atitudinais que se alteram e, se sim, quais as variáveis com influência nesses processos de mudança, e, por outro, qual o impacto das AFC noutras variáveis, como a qualidade relacional futura, as opções conjugais, o divórcio, entre outras. Por fim, estudos qualitativos serão fundamentais para a compreensão dos significados atribuídos ao casamento e a outras opções de trajectórias relacionais, como a coabitação, quer através de *Focus Groups*, quer através de entrevistas a indivíduos e casais.

A complexidade do domínio das atitudes, aliada à complexidade do estudo dos relacionamentos amorosos no geral e do casamento em particular, trazem grandes desafios à investigação e devem levar as equipas de autores a constantemente reverem e aprimorarem os seus instrumentos de avaliação. Espera-se que, com este trabalho, se tenha contribuído para a avaliação e estudo das AFC, apresentando um instrumento, validado para a população portuguesa, simples e útil, quer para investigação quer para avaliação de intervenções psicológicas e educativas, e se tenha aberto possibilidades para estudos futuros neste domínio.

### Referências

- Amato, P. R. (2004). Tension between institutional and individual views of marriage. *Journal of Marriage and Family*, 66(4), 959-965.
- Bassett, L. B., Braaten, E. B., & Rosen, L. A. (1999). Test-retest reliability for the Marital Attitude Scale. *Journal of Divorce & Remarriage*, 32(1-2), 155-158.
- Braaten, E., & Rosen, L. (1998). Development and validation of the Marital Attitude Scale. *Journal of Divorce & Remarriage*, 29(3-4), 83-91.
- Clarkberg, M., Stolzenberg, R. M., & Waite, L. J. (1995). Attitudes, values, and entrance into cohabitational versus marital unions. *Social Forces*, 74(2), 609-632.
- Cronbach, L. J. (1970). *Essentials of Psychological Testing*. Michigan: Harper & Row Limited.
- Cunningham, M., & Thornton, A. (2006). The influences of parents' and offsprings' experience with cohabitation, marriage, and divorce on attitudes toward divorce in young adulthood. *Journal of Divorce & Remarriage*, 44(1), 119-144.
- Cunningham, M., & Thornton, A. (2007). Direct and indirect influences of parents' marital instability on children's attitudes toward cohabitation in young adulthood. *Journal of Divorce & Remarriage*, 46(3), 125 - 143.
- Eggebeen, D., & Dew, J. (2009). The role of religion in adolescence for family formation in young adulthood. *Journal of Marriage and Family*, 71(1), 108-121.
- Field, A. (2009). *Discovering Statistics Using SPSS* (3rd ed.). London: SAGE Publications Ltd.
- Gassanov, M. A., Nicholson, L. M., & Koch-Turner, A. (2008). Expectations to marry among American youth: The effects of unwed fertility, economic activity, and cohabitation. *Youth & Society*, 40(2), 265-288.
- Greenberg, E. F., & Nay, W. R. (1982). The intergenerational transmission of marital instability reconsidered. *Journal of Marriage and Family*, 44(2), 335-347.
- Johnson, V. I. (2011). Adult children of divorce and relationship education: Implications for counselors and counselor educators. *The Family Journal*, 19(1), 22-29.
- Kefalas, M. J., Furstenberg, F. F., Carr, P. J., & Napolitano, L. (2011). "Marriage is more than being together": The meaning of marriage for young adults. *Journal of Family Issues*, 32(7), 845-875.
- Kinnaird, K. L., & Gerrard, M. (1986). Premarital sexual behavior and attitudes toward marriage and divorce among young women as a function of their mothers' marital status. *Journal of Marriage and Family*, 48(4), 757-765.
- Larson, J. H., & Thayne, T. R. (1999). Marital attitudes and personal readiness for marriage of young adult children of alcoholics. *Alcoholism Treatment Quarterly*, 16(4), 59-73.

- Lauer, S., & Yodanis, C. (2010). The deinstitutionalization of marriage revisited: A new institutional approach to marriage. *Journal of Family Theory & Review*, 2(1), 58-72.
- Manning, W. D., Longmore, M. A., & Giordano, P. C. (2007). The changing institution of marriage: Adolescents' expectations to cohabit and to marry. *Journal of Marriage and Family*, 69(3), 559-575.
- Manning, W. D., & Smock, P. J. (2002). First comes cohabitation and then comes marriage?: A research note. *Journal of Family Issues*, 23(8), 1065-1087.
- Markman, H. J., & Halford, W. K. (2005). International perspectives on couple relationship education. *Family Process*, 44(2), 139-146.
- Maroco, J., & Garcia-Marques, T. (2006). Qual a fiabilidade do alfa de Cronbach? Questões antigas e soluções modernas?. *Laboratório de Psicologia* 4(1), 65-90.
- Martin, P. D., Specter, G., Martin, M., & Martin, D. (2003). Expressed attitudes of adolescents toward marriage and family life. *Adolescence*, 38(150), 359-367.
- Mosko, J. E., & Pistole, M. C. (2010). Attachment and religiousness: Contributions to young adult marital attitudes and readiness. *The Family Journal*, 18(2), 127-135.
- Nunes, C. H. S., Primi, R., Nunes, M. F. O., Muniz, M., Cunha, T. F. d., & Couto, G. (2008). Teoria de Resposta ao Item para otimização de escalas tipo likert. Um exemplo de aplicação. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico e Avaliação Psicológica*, 25(1), 51-79.
- Olson, D. H., & Gravatt, A. E. (1968). Attitude change in a functional marriage course. *The Family Coordinator*, 17(2), 99-104. doi: 10.2307/583246
- Regan, P. C. (2008). *The Mating Game: A Primer on Love, Sex, and Marriage* (2 ed.): SAGE Publications.
- Rhoades, G. K., Stanley, S. M., & Markman, H. J. (2009). Couples' reasons for cohabitation: Associations with individual well-being and relationship quality. *Journal of Family Issues*, 30(2), 233-258.
- Riggio, H. R. W. D. A. (2008). Attitudes toward marriage: Embeddedness and outcomes in personal relationships. *Personal Relationships*, 15(1), 123-140.
- Segrin, C., Taylor, M. E., & Altman, J. (2005). Social cognitive mediators and relational outcomes associated with parental divorce. *Journal of Social and Personal Relationships*, 22(3), 361-377.
- Silliman, B. (2004). Adolescents' perceptions of marriage and premarital couples education. *Family Relations*, 53(5), 513-520.
- Stanley, S. M., Rhoades, G. K., & Fincham, F. D. (2011). Understanding romantic relationships among emerging adults: The significant roles of cohabitation and ambiguity. In F. D.

- Fincham & M. Cui (Eds.), *Romantic Relationships in Emerging Adulthood*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Wallin, P. (1954). Marital happiness of parents and their children's attitude to marriage. *American Sociological Review*, 19(1), 20-23.
- Whitton, S. W., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., & Markman, H. J. (2008). Effects of parental divorce on marital commitment and confidence. *Journal of Family Psychology*, 22(5), 789-793.
- Willoughby, B. J., & Carroll, J. (2010). Sexual experience and couple formation attitudes among emerging adults. *Journal of Adult Development*, 17(1), 1-11.
- Willoughby, B. J., & Carroll, J. S. (2012). Correlates of attitudes toward cohabitation. *Journal of Family Issues*, 33(11), 1450-1476.
- Willoughby, B. J., Carroll, J. S., Vitas, J. M., & Hill, L. M. (2012). "When are you getting married?" The intergenerational transmission of attitudes regarding marital timing and marital importance. *Journal of Family Issues*, 33(2), 223-245.
- Willoughby, B. J., Hall, S. S., & Luczak, H. P. (2013). Marital paradigms: A conceptual framework for marital attitudes, values, and beliefs. *Journal of Family Issues*. [online]





## Artigo 4: Compromisso em diferentes estatutos relacionais: Estudo de validação da Escala de Compromisso Pessoal<sup>35</sup>

---

<sup>35</sup> Monteiro, A. P., Costa-Ramalho, S., Ribeiro, M. T., & Pinto, A. M. (no prelo). Compromisso em diferentes estatutos relacionais: Estudo de validação da Escala de Compromisso Pessoal. *The Spanish Journal of Psychology*.



**Compromisso em diferentes estatutos relacionais:  
Estudo de validação da Escala de Compromisso Pessoal**

Abstract

This study presents the validation process of the Portuguese version of the short-form Dedication Scale (Rhoades, Stanley, & Markman, 2006; Stanley, 1986), with a sample of 924 participants in different relationship statuses. With 14 items, this short version is recommended by the authors for its simple use, when wanting to measure commitment in romantic relationships. Confirmatory factor analysis showed that the instrument did not have a totally acceptable fit with the data so an exploratory factorial analysis was conducted. This revealed a one-dimensional structure of the scale, and led to the exclusion of two items, which relate to a distinct meta-commitment dimension. In sum, the Portuguese version (ECP) has 12 items, with good internal consistency ( $\alpha = .82$ ), correlations item-total between .36 and .60, and good criteria validity. Its use for research is therefore appropriate. In a study second moment, significant differences were found between the participants's four relationship statuses (dating non-cohabitating and cohabitating relationships, formal unions and marriage). Results showed that married participants were more committed than those in a formal union, even when controlling for several relational and socio-demographic variables. No differences were found between cohabitating and non-cohabitating dating participants. Implications and suggestions for future research are discussed.

Keywords: Commitment Scale, Dating, Cohabitation, Marriage, Dedication

## **Compromisso em Diferentes Estatutos Relacionais: Estudo de Validação da Escala de Compromisso Pessoal**

Numa sociedade em rápida mudança, os relacionamentos amorosos têm vindo a construir-se segundo diferentes trajetórias que já não passam necessariamente pela sequência tradicional de namoro-noivado-casamento (Kalmijn, 2007; Manning & Smock, 2002), podendo-se falar, atualmente, de diversas vivências da conjugalidade, com os números de coabitações e de uniões de facto a aumentar face aos dos casamentos (Narciso & Ribeiro, 2009; Regan, 2008). Paralelamente, acompanhando assim a crescente complexidade relacional, a investigação tem focado como se formam, mantêm e funcionam os casais actualmente, procurando captar construtos mais ricos e mais amplos de significado, como o compromisso, a vinculação e o perdão (Stanley, 2003). A dimensão do compromisso tem sido especialmente estudada pela equipa de Stanley e colaboradores (e.g., Rhoades, Stanley, & Markman, 2012; Stanley & Markman, 1992; Stanley, Markman, & Whitton, 2002; Stanley, Rhoades, & Whitton, 2010), abordando os diferentes percursos dos relacionamentos amorosos e os processos de tomada de decisão dos casais.

### **Compromisso Pessoal**

Sinteticamente, estes autores definem compromisso relacional como “o desejo e intenção pessoal para manter um relacionamento específico a longo-prazo” (p.789; Whitton, Rhoades, Stanley, & Markman, 2008). Influenciados pelos trabalhos iniciais de Johnson (1978, 1982; cit. por Stanley & Markman, 1992), de Levinger (e.g., 1979) e de Rusbult (e.g., 1980), apresentam um modelo onde propõem duas componentes do compromisso: a dedicação pessoal e o compromisso estrutural ou por constrangimentos. A dedicação consiste num compromisso mais intrínseco entre os membros do casal, incluindo o desejo e disposição para manter ou melhorar a qualidade da relação para benefício de ambos, o sacrifício pela relação e a articulação de áreas pessoais com a relação (Stanley & Markman, 1992; Stanley et al., 2002). Por outro lado, o compromisso estrutural consiste nos constrangimentos decorrentes da evolução de uma relação (e.g., pressão social, situação financeira, responsabilidades comuns) e que, naturalmente, dificultam a ruptura da mesma. Se por um lado esta componente pode provocar um sentimento de aprisionamento, sendo determinante na manutenção de relações insatisfatórias (Narciso & Ribeiro, 2009), na maioria das vezes ela impede comportamentos impulsivos e desestabilizadores em momentos de crise que podem ser ultrapassados pelos casais (Stanley et al., 2002). Segundo Stanley e Markman (1992), estas duas dimensões, embora distintas, estão interrelacionadas, pois uma elevada dedicação antecedente dá origem a constrangimentos no futuro, por exemplo, casamento, filhos, bens comuns, etc.. Para os autores, a dedicação pessoal é assim o ponto de partida e a chave determinante da futura

estabilidade e qualidade da relação. Acima de tudo, o compromisso, em toda a sua complexidade, leva as pessoas a ter uma visão a longo prazo das suas relações. Um compromisso claro e consistente permite que ambos os membros do casal se sintam seguros e ajam na relação de uma forma que é apenas racional no contexto dessa segurança (Stanley et al., 2002; Stanley et al., 2010).

Sendo o compromisso fundamental para a segurança relacional, é igualmente relevante o seu papel na dissolução de relações. Um estudo recente com pessoas divorciadas (Scott, Rhoades, Stanley, Allen, & Markman, 2013) evidencia a ausência de compromisso como o factor que mais contribuiu para o final da relação, tendo sido referido por 75% dos participantes e por pelo menos um dos elementos de 94.4% dos casais.

### **Compromisso e Diferentes Estatutos Relacionais**

Tendo em conta a diversidade crescente de vivências relacionais, alguns estudos têm procurado explorar de que forma estas se relacionam com diferentes níveis de compromisso. Diversas variáveis podem ser explicativas desta relação, como o sexo (Stanley, Rhoades, & Markman, 2006) o envolvimento religioso (e.g., Olson, Goddard, & Marshall, 2013), a duração da relação (e.g., Weigel, Bennett, & Ballard-Reisch, 2003), a qualidade da relação (e.g., Schoebi, Karney, & Bradbury, 2012) e o próprio estatuto relacional, especificamente ser casado ou coabitante, tem surgido como relevante. Por exemplo, Stanley e colaboradores (2006) referem que os casais que optam por viver juntos sem planos mútuos de casar evidenciam níveis mais assimétricos de dedicação do que aqueles que definem o seu projeto de vida antes de iniciar uma vida conjugal. Poortman e Mills (2012) salientam também que as pessoas que coabitam tendem a revelar-se mais cautelosas que as casadas relativamente ao investimento que fazem na relação, considerando a incerteza inerente ao estatuto da sua relação e à ausência de leis que as protejam do risco desses investimentos. Estes e outros autores (e.g., Seltzer, 2004) alertam, contudo, que a investigação neste domínio deve evitar procurar apenas as diferenças entre casamento e coabitação, considerando a variabilidade existente no seio destes grupos.

Rhoades, Stanley e Markman (2012) salientam também a relevância de se estudar jovens em relações de namoro sem coabitação, ao se verificar que as investigações comparando estas com relações de coabitação são poucas e com resultados ambíguos. Por exemplo, Forste e Tanfer (1996) e Rindfuss e VandenHeuvel (1990) verificaram escassas diferenças nas características estruturais entre ambas. Kline e colaboradores (2004), por sua vez, relatam que os casais que coabitam têm níveis inferiores de dedicação quando comparados com aqueles que não vivem juntos, mas este estudo centrou-se apenas em casais que já tinham planos para casar. Rhoades e colaboradores (2012) afirmam esperar-se que os constrangimentos aumentem entre o namoro e a coabitação, mas não a dedicação, como se poderia pensar.

### Escala de Compromisso Pessoal

O trabalho desenvolvido pela equipa de Stanley tem sido acompanhado pelo aperfeiçoamento de instrumentos que procuram medir os construtos específicos do seu modelo, em particular o compromisso por constrangimentos e a dedicação pessoal. Inicialmente, foi desenvolvido um inventário do compromisso (*Commitment Inventory*; Stanley & Markman, 1992) com duas subescalas, a *Dedication Scale* e a *Constraint Commitment Scale*. Os investigadores têm entretanto prosseguido a sua investigação focando especialmente a dimensão da dedicação pessoal, usando a outrora subescala como uma escala independente. Esta opção parece assentar na força preditora desta primeira variável enquanto expressão do investimento pessoal do indivíduo face à relação. No estudo original (Stanley & Markman, 1992), a *Dedication Scale*, por vezes designada também por *Commitment Scale*, tinha 36 itens, divididos por seis dimensões: Agenda relacional, Meta-compromisso, Identidade de casal, Primazia da relação, Satisfação com sacrifício e Monitorização de alternativas.

A necessidade de um instrumento mais simples, quer para uso em contextos de investigação, quer para contextos clínicos, levou os autores a criar uma versão reduzida da *Dedication Scale*, de apenas 14 itens (Rhoades, Stanley, & Markman, 2006). A escala avalia o compromisso da pessoa com a relação e é unidimensional, embora inclua itens das seis dimensões já referidas: priorizar a relação (“O meu relacionamento com o meu par é mais importante para mim que praticamente qualquer outra coisa na minha vida”), identidade do casal (“Gosto de pensar em mim e no meu par mais em termos de ‘nós’ do que ‘eu’ e ele/ela”), meta-compromisso (“Não faço compromissos a menos que acredite que os vou manter”), sacrifício pela relação (“Sacrificar-me pelo meu par amoroso faz-me sentir bem comigo mesmo(a)”) e desejo de manutenção da relação a longo-prazo (“Quero que este relacionamento permaneça forte não importam os maus momentos que possamos vir a encontrar”). Como medida de consistência interna, utilizaram o coeficiente *alpha* de Cronbach, com valores a variar entre .87 para as mulheres e .86 para os homens. Os *scores* (i.e., a média de todos os itens) podem variar entre 1 e 7, com resultados superiores indicando maior compromisso pessoal, não havendo indicação de ponto de corte. A média, nesse estudo, foi de 6.33 (*DP* =.55), sendo esse valor considerado pelos autores como indicador de compromisso elevado. A escala foi já usada em diversos estudos, sempre com bons índices de validade (Kline et al., 2004; Rhoades, Stanley, & Markman, 2006; Rhoades et al., 2012; Whitton et al., 2008).

Além da sua simplicidade, fruto não obstante de uma sólida fundamentação teórica, e das suas boas características psicométricas, a escala apresenta ainda a vantagem de estar formulada de modo a poder ser usada com indivíduos ou casais casados, coabitantes, ou em relações de namoro. Estas razões permitem considerá-la como uma escolha adequada para uso

quer em investigações no domínio das relações amorosas e conjugalidade no geral, quer em avaliações de intervenções terapêuticas e programas psico-educativos.

Sendo assim, o primeiro objectivo do presente estudo é apresentar o processo de tradução e validação da *Dedication Scale* para a população portuguesa, numa amostra ampla e diversificada, explorando as suas características psicométricas e a validade de critério concorrente. Até à data, não temos conhecimento de trabalhos publicados sobre a variável *compromisso* segundo a conceptualização de Stanley (1986) numa amostra tão abrangente, nem tampouco da validação desta escala em língua portuguesa.

Em segundo lugar, procura-se ainda contribuir de forma inovadora para a compreensão das relações amorosas em diferentes condições relacionais, explorando a relação do compromisso pessoal com os estatutos relacionais presentes na amostra (namoro sem coabitação, namoro com coabitação, união de facto e casamento), ultrapassando, assim, a já referida dicotomia casamento – coabitação. Nestas análises, diversas variáveis relacionais e sociodemográficas passíveis de impacto no compromisso são controladas, especificamente: qualidade relacional, duração da relação amorosa, sexo e envolvimento religioso.

## Método

### Participantes

A amostra foi constituída por 924 indivíduos heterossexuais de ambos os sexos (63% do sexo feminino), de nacionalidade portuguesa, com idade média de 26.67 anos ( $DP = 6.90$ ), entre os 18 e os 64 anos. Cada participante respondeu individualmente ao estudo, sendo assim o sujeito (e não o casal) a nossa unidade de análise. A amostra incluiu quatro estatutos relacionais: 55.7% de sujeitos em relação de namoro de duração superior a 6 meses e sem coabitação ( $n = 515$ ), 7.5% numa relação de coabitação inferior a dois anos ( $n = 69$ ), 10.8% em união de facto ( $n = 100$ ) e 26% casados ( $n = 240$ ). Em Portugal, o estatuto legal de união de facto é atribuído a partir de dois anos de residência comum.

Quanto ao tempo total de relação, a média, em anos, para os diferentes estatutos descritos foi de, respectivamente: 2.89 ( $DP = 2.27$ ); 4.94 ( $DP = 2.97$ ), ambos os grupos variando entre seis meses e onze anos de relação; 7.76 ( $DP = 4.01$ ), entre dois e 19 anos; e 10.43 ( $DP = 4.82$ ), entre menos de um ano e 31 anos. Entre os participantes numa relação de namoro, a maioria era estudante do Ensino Superior (77.8%) e vivia com familiares, enquanto que os que viviam com o par amoroso eram maioritariamente trabalhadores (69,2%), tendo 53% estudos superiores ou pós-graduados. Dos participantes em união de facto, 67% tinham formação superior ou pós-graduada, encontrando-se 89.8% numa situação ativa de trabalho, 2% reformados e 8.2% desempregados. A situação laboral dos participantes casados era semelhante: 89.5% no ativo, 2.9% reformados e 6.3% desempregados, tendo 1.3% referido uma

outra situação face ao trabalho. Neste grupo, 62.5% dos participantes tinha estudos superiores ou pós-graduados.

### **Instrumentos**

Os dados apresentados foram recolhidos no contexto de projetos de investigação mais alargados, contendo uma avaliação sociodemográfica e relacional detalhada, assim como outras escalas do âmbito das relações amorosas.

O compromisso pessoal foi avaliado com a versão portuguesa (cf. Quadro 1) da versão reduzida da *Dedication Scale* (Stanley, 1986), cuja tradução seguiu os seguintes procedimentos de tradução e retroversão: após autorização dada pelo autor, foi feita a tradução da escala original por dois peritos na área, sendo cada uma dessas traduções sujeita a retroversão por dois peritos, um bilingue, outro com conhecimento proficiente da língua inglesa; finalmente foram comparadas cada uma das versões com a escala original, optando-se pelos termos e itens com maior proximidade a esta. A versão portuguesa ficou assim com os 14 itens originais e a mesma escala de resposta, tendo-se optado, após discussão em equipa, pela designação 'Escala de Compromisso Pessoal' (ECP). Como etapa final do processo de tradução, o instrumento foi ainda administrado a três participantes com o objetivo de verificar a adequação do vocabulário e a compreensão unívoca dos itens, discutindo-se com eles, após a aplicação, os vários itens do questionário. Visto não ter havido qualquer comentário em contrário, os itens permaneceram iguais.

A Qualidade Relacional, variável escolhida para verificação da validade de critério, foi medida pela *Relationship Rating Form - Revised* (RRF-R; Davis, 1996, adapt. por Lind, 2007). Resultando duma revisão da escala original de Davis (1996), este instrumento pretende medir a perceção da qualidade relacional, sendo esperado que, de acordo com os pressupostos teóricos, as duas escalas se correlacionem positivamente. Os itens são apresentados em forma de perguntas a que os sujeitos responderam usando uma chave de 1 (*nada*) a 9 (*completa ou extremamente*). A versão portuguesa é constituída por um total de 46 itens agrupados em quatro dimensões: *Paixão*, *Confiança*, *Conflitos* e *Intimidade*. A RRF-R revelou boas até excelentes propriedades psicométricas, com uma excelente consistência interna ao nível da escala total, com valores de *alpha* de Cronbach entre .97 e .98, para mulheres e homens respectivamente, e ao nível de subescalas entre .81 e .97, uma boa estabilidade temporal (correlações significativas entre .70 e .87;  $p < .01$ ) e elevada validade concorrente com uma escala de satisfação conjugal (correlações dos *scores* globais significativas entre .88 e .85, para mulheres e homens respectivamente;  $p < .01$ ). Na presente amostra, a RRF-R apresentou para a escala total um *alpha* de Cronbach excelente de .96; para a subescala Paixão .94, a de Confiança .93, a de Conflitos .77 e a de Intimidade .83. A consistência interna da escala total manteve-se



excelente para as quatro subamostras: .95 para os participantes numa relação de namoro, .94 para aqueles numa relação de namoro com coabitação e .97 quer para os participantes em união de facto quer para os casados.

No âmbito da caracterização sociodemográfica dos participantes, o nível de religiosidade foi avaliado através da questão “*Relativamente às suas crenças e práticas religiosas, considera-se: 1. Não crente; 2. Crente não praticante; 3. Crente praticante?*”.

### **Procedimentos**

Este estudo insere-se nos projetos de Doutoramento dos dois primeiros autores, tendo ambos sido aprovados pelo Conselho Científico da Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, órgão que à data era responsável pela sua avaliação científica e ética.

Os dados foram recolhidos segundo dois formatos: (a) em versão papel junto de uma amostra de conveniência (Hill & Hill, 2005), obtida através de contactos informais, com aplicação individual e também em grupo, em contexto universitário (especificamente nos cursos de Psicologia, Direito, Medicina e Ciências), empresarial (e.g., *call-centers*, empresas de consultoria) e reuniões de Encarregados de Educação (escolas e infantários); (b) em versão *on-line* usando métodos de amostragem bola de neve. Na versão papel, a primeira página do protocolo continha informação relativa à natureza e objetivos do estudo, contexto de investigação, investigadores, tempo médio de preenchimento, critérios de inclusão e espaço para a assinatura do consentimento informado. No segundo formato, a que deram resposta 12% do total da amostra, foi solicitada a participação no estudo através de emails e das redes sociais, disponibilizando uma ligação de acesso para a página de consentimento informado do protocolo. Este foi construído numa plataforma comercial que assegura o total anonimato dos respondentes (não é registado o endereço de IP). A página de consentimento informado disponibilizava a mesma informação anteriormente referida e esclarecia sobre a facilidade em abandonar o preenchimento a qualquer momento. No final, o participante tinha acesso a um *email* de contato da equipa de investigação, podendo por essa via manifestar a sua vontade em receber as conclusões do estudo.

### **Análises Estatísticas**

Os procedimentos estatísticos foram efectuados através do programa *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS), versão 19.0 para o Windows e o software AMOS. Foram utilizadas estatísticas descritivas como frequências, médias e desvios-padrão.

No que respeita ao estudo de validação da escala ECP, adoptámos inicialmente uma abordagem estritamente confirmatória para testar a validade fatorial do modelo de medida proposto pelos autores. Considerámos que o modelo se ajustaria aos dados se os valores de *CFI*, *TLE* e *GFI* fossem superiores a .95 e os de *RMSEA* inferiores a .60 (Hu & Bentler, 1999), e os de *X<sup>2</sup>/df*

iguais ou inferiores a 3 (Segars & Grover, 1993). Valores de RMSEA entre .06 e .08 são considerados aceitáveis, entre .08 e .10 toleráveis e inaceitáveis se acima de .10 (Browne & Cudeck, 1992)

De seguida foi realizada uma análise factorial exploratória, com recurso ao método *Principal Axis Factoring*, com rotação oblíqua *Direct Oblimin*. O processo de adaptação e as decisões de alterações à escala original seguiram as indicações de Stevens (2009) e Field (2009). Assim, no que respeita à unidimensionalidade ou multiplicidade de factores, teve-se como critérios de inclusão a análise do gráfico *scree-plot* e *eigenvalues* superiores a 1. Quanto à análise da adequação dos itens, considerou-se o valor de *loading* de cada um no factor (inclusão se superior a .162; Stevens, 2009), a correlação item-total (inclusão se superior a .30; Field, 2009) e a alteração ou manutenção do valor de *alpha* de Cronbach. Também foi tida em conta a adequação teórica dos itens. Foram ainda calculados os *alphas* de Cronbach para a escala em estudo assim como para a escala RRF-R (e suas subescalas), usada para verificar a validade de critério, bem como as correlações de Pearson entre as pontuações dos dois instrumentos (Cronbach, 1970; Maroco & Garcia-Marques, 2006).

Para a estatística inferencial recorreu-se à ANOVA *one way*, de forma a avaliar a significância do efeito do estatuto relacional sobre o nível de compromisso pessoal dos participantes ( $p = .05$ ), após verificação dos pressupostos da normalidade com o teste de Kolmogorov-Smirnov e da homocedasticidade com o teste de Levene. A dimensão do efeito foi avaliada pelo  $\eta^2 p$  e as diferenças entre grupos foram avaliadas com dois testes *posthoc* para  $\alpha = .05$ , o procedimento *Gabriel*, indicado para amostras em que o tamanho dos subgrupos é diferente, confirmado depois pelo procedimento de Games-Howell, aconselhado quando se desconhece se as variâncias da população são equivalentes (Field, 2009). Análises de covariância, com recurso ao teste ANCOVA, foram também realizadas para controlar possíveis efeitos de variáveis socio-demográficas (Field, 2009).

### Resultados

A amostra foi, como referido, considerada de acordo com os quatro estatutos relacionais em estudo. Da análise dos dados sociodemográficos dos participantes, destacamos os que se encontram no Quadro 1. Verificaram-se diferenças significativas entre alguns dos grupos socio-demográficos presentes na amostra no que respeita à idade ( $F(3, 920) = 610.72$ ;  $p < .05$ ) e religiosidade ( $F(3, 917) = 9.128$ ;  $p < .001$ ). Os participantes numa relação de namoro sem coabitação eram os mais novos, seguidos pelos numa relação de namoro com coabitação, sendo mais velhos os participantes casados. Em termos da sua religiosidade, os participantes numa relação de namoro com coabitação apresentaram os valores mais baixos, seguidos pelos

que viviam em união de facto. Os participantes casados revelaram os níveis mais elevados nesta variável religiosidade.

Quadro 1. *Estatísticas descritivas das variáveis sociodemográficas dos participantes por estatutos relacionais (N = 924)*

| Variáveis                               | Estatuto Relacional |                       |                |                |
|---|---------------------|-----------------------|----------------|----------------|
|   | Namoro              | Namoro com coabitação | União de Facto | Casamento      |
| Sociodemográficas                       | <i>n</i> = 515      | <i>n</i> = 69         | <i>n</i> = 100 | <i>n</i> = 240 |
| Idade <i>M</i>                          | 22.1*               | 24.9*                 | 32.6*          | 34.5*          |
| <i>DP</i>                               | 2.57                | 2.31                  | 6.64           | 5.35           |
| Sexo (%) F                              | 63                  | 57                    | 65             | 63             |
| M                                       | 37                  | 43                    | 35             | 37             |
| Religiosidade <sup>a</sup> <i>M</i>     | 1.97*               | 1.72*                 | 1.85*          | 2.25**         |
| <i>DP</i>                               | .81                 | .74                   | .71            | .72            |
| Tempo total de relação amorosa <i>M</i> | 2.89                | 4.94                  | 7.76           | 10.43          |
| <i>DP</i>                               | 2.27                | 2.97                  | 4.01           | 4.83           |

<sup>a</sup> Religiosidade: 1 = Não crente; 2 = Crente não praticante; 3 = Crente praticante.

\*Médias diferem em  $p < .05$

\*\*Média dos casados difere de todos os outros estatutos em  $p < .001$

### Estudo de Validação da ECP

#### *Análise confirmatória*

A Análise Fatorial Confirmatória da ECP mostrou que o modelo original proposto pelos autores tinha um ajustamento sofrível na presente amostra ( $\chi^2/df= 5.63$ , GFI= .93, CFI= .86, TLI= .84, RMSEA= .07), nomeadamente em termos dos valores de  $\chi^2/df$ , CFI e TLI. Face a estes resultados e considerando os parâmetros referidos (Browne & Cudeck, 1992; Hu & Bentler, 1999; Segars & Grover, 1993) optámos por realizar uma Análise Fatorial Exploratória.

#### *Análise exploratória*

A análise fatorial exploratória da Escala de Compromisso Pessoal (ECP), através do método *Principal Axis Factoring*, revelou uma a estrutura unidimensional da escala, com apenas a opção de um componente a atingir o valor Eigenvalue mínimo de 1. Esta foi também evidente na interpretação do gráfico *scree-plot* (Field, 2009).

A precisão da medida foi analisada através da consistência interna da escala, por meio do *alpha* de Cronbach, e foi verificada a adequação de cada item (Quadro 1). Verificou-se que os

itens 3 e 10 não cumpriam os requisitos mínimos de inclusão, sendo que o item 10 apresentava um *loading* abaixo do considerado aceitável, ambos tinham uma correlação item-total fraca e a retirada de ambos aumentava o valor total do *alpha* de Cronbach, sendo o valor antes da retirada de .80. Face a estes dados, a opção tomada foi a de retirar estes dois itens da análise (Nunnally & Bernstein, 1994; Maroco & Garcia-Marques, 2006). Estes correspondem exatamente aos dois itens compreendidos pelos autores como relativos à dimensão de meta-compromisso, sendo assim teoricamente adequado a sua diferenciação empírica dos restantes itens e a sua exclusão da escala. A estrutura unidimensional final, sem os itens referidos, explica 28.22% da variância total, com correlações item-total aceitáveis (Field, 2009) entre .36 e .60 e com um *score* total médio de 5.56 (*DP* =.86). Os *alphas* de Cronbach variam entre .82 para a amostra total, .81 e .83 respetivamente para a amostra feminina e masculina. Para os quatro subgrupos, obtivemos .82, .80, .70 e .84 respetivamente para os participantes numa relação de namoro, namoro com coabitação, união de facto e casamento. Podemos assim considerar como bons a maioria dos índices de consistência interna (Cronbach, 1970; Maroco & Garcia-Marques, 2006).

Quadro 2. *Resumo das estatísticas descritivas e loadings dos 14 itens da ECP, com o método Principal Axis Factoring, rotação oblíqua Direct Oblimin (N = 924)*

| Item  | <i>Loading</i> | <i>M</i>    | <i>DP</i>   |
|---|----------------|-------------|-------------|
| It1. O meu relacionamento com o meu par amoroso é mais importante para mim que praticamente qualquer outra coisa na minha vida. | .41            | 5.14        | 1.56        |
| It2. Quero que este relacionamento permaneça forte não importam os maus momentos que possamos vir a encontrar.                  | .51            | 6.14        | 1.17        |
| <b>It3. Não me sinto compelido(a) a manter todos os compromissos que faço.</b>  | <b>.18</b>     | <b>5.19</b> | <b>1.81</b> |
| It4. Gosto de pensar em mim e no meu par mais em termos de “nós” do que “eu” e “ele/ela”.                                       | .32            | 5.88        | 1.34        |
| It5. Penso muito em como seria estar casado(a) (ou a namorar) com outra pessoa que não o meu par amoroso.                       | .36            | 5.83        | 1.53        |
| It6. O meu relacionamento com o meu par faz claramente parte dos meus planos para o futuro.                                     | .55            | 6.37        | 1.06        |
| It7. A minha carreira (ou trabalho, estudos, lar, filhos, etc.) é mais importante para mim que a minha relação com o meu par.   | .28            | 5.04        | 1.59        |
| It8. Sacrificar-me pelo meu par amoroso faz-me sentir bem comigo mesmo(a).  | .37            | 4.93        | 1.56        |
| It9. Não quero ter uma forte identidade enquanto casal com o meu par.   | .26            | 5.71        | 1.47        |
| <b>It10. Não faço compromissos a menos que acredite que os vou manter.</b>  | <b>.07</b>     | <b>5.55</b> | <b>1.55</b> |

|   |     |      |      |
|---|-----|------|------|
| It11. Muitas vezes não vale a pena desistir de algo pelo meu par.   | .38 | 5.13 | 1.61 |
| It12. De facto, muitas vezes a relação com o meu par tem de ficar em segundo plano face a outros interesses meus. | .27 | 5.15 | 1.63 |
| It13. Não estou seriamente atraído(a) por outra pessoa para além do meu par amoroso.                              | .21 | 6.13 | 1.66 |
| It14. Posso não querer estar com o meu par amoroso daqui a uns anos.  | .45 | 5.30 | 1.75 |

*Nota:* Os itens a negrito foram retirados após a análise factorial.

Variância explicada 28.22%

*Alpha* de Cronbach após retirada dos dois itens = .82

O quadro 3 apresenta as estatísticas descritivas da ECP, considerando o estatuto relacional e o sexo dos participantes. Os resultados médios na ECP são assim, na presente amostra, de 5.56 ( $DP = .86$ ), sendo de 5.48 ( $DP = .86$ ) para as mulheres e de 5.70 ( $DP = .83$ ) para os homens. Esta diferença é significativa ( $F(1, 922)=14.578; p<.001; \eta^2p = .02$ ).

Quadro 3. *Estatísticas descritivas da ECP total e relativas ao estatuto relacional e sexo*

|                     |                       | <i>M</i> | <i>DP</i> | <i>N</i> |
|---------------------|-----------------------|----------|-----------|----------|
| Estatuto Relacional | Namoro                | 5.46     | .85       | 515      |
|                     | Namoro com coabitação | 5.64     | .76       | 69       |
|                     | União de facto        | 5.46     | .74       | 100      |
|                     | Casamento             | 5.80     | .89       | 240      |
| Sexo                | Feminino              | 5.48     | .86       | 579      |
|                     | Masculino             | 5.70     | .83       | 345      |
| ECP total           |                       | 5.56     | .86       | 924      |

#### *Validade de critério concorrente*

Prosseguindo o estudo de validação da ECP, procedeu-se à análise da validade de critério concorrente. Os valores globais de compromisso pessoal apresentaram, como esperado, correlações positivas significativas ( $p < .001$ ) com a RFR total (.63) e com todas as suas subescalas (Paixão, .64; Confiança, .51; Conflitos, .44; Intimidade, .45) o que nos indica que níveis superiores de compromisso pessoal se correlacionaram com índices mais elevados de qualidade relacional, em todas as suas dimensões.

#### **Compromisso Pessoal e Estatutos Relacionais**

Após as análises descritas, procedeu-se à exploração da relação dos diversos estatutos relacionais presentes na amostra de participantes (Quadro 3) com os resultados obtidos por

estes na versão portuguesa da escala assim validada, a ECP. A significância do efeito do estatuto relacional sobre o nível de compromisso pessoal dos participantes foi avaliada com uma ANOVA *one way*, sendo que as análises da normalidade ( $p < .05$  para três dos quatro tipos de estatuto relacional) e da homocedasticidade ( $W(3, 920) = 1.06; p = .298$ ) mostraram robustez suficiente para prosseguir as análises. Observou-se um efeito estatisticamente significativo do estatuto relacional sobre os níveis de compromisso pessoal dos participantes ( $F(3, 920) = 9.59; p < .001; \eta^2p = .03$ ).

Com as análises de comparações múltiplas, evidenciaram-se diferenças estatisticamente significativas entre as médias referentes ao nível de compromisso pessoal entre os participantes numa relação de namoro e de casamento ( $p < .001$ ), assim como entre os casados e aqueles em união de facto ( $p = 0.004$ ). Assim, os participantes casados ( $M = 5.79; DP = .88$ ) relataram níveis mais elevados de compromisso pessoal do que aqueles numa relação de namoro ( $M = 5.45; DP = .85$ ), sendo também mais elevados do que os indivíduos que viviam em união de facto ( $M = 5.46; DP = .74$ ).

Procedeu-se de seguida ao controlo de diversas variáveis sociodemográficas e relacionais, apontadas pela literatura como relevantes no seu impacto no compromisso pessoal, através da análise da covariância, de forma a verificar a permanência ou não do efeito do estatuto relacional. Verificou-se, assim, que o efeito da variável estatuto relacional se manteve significativo, mesmo ao controlar o impacto das variáveis sexo ( $F(3, 920) = 9.62; p < .001; \eta^2p = .03$ ), religiosidade ( $F(3, 920) = 7.92; p < .001; \eta^2p = .03$ ), qualidade relacional ( $F(3, 920) = 21.30; p < .001; \eta^2p = .07$ ) e duração total da relação ( $F(3, 920) = 7.09; p < .001; \eta^2p = .02$ ). De modo a avaliar possíveis interferências do modo de aplicação dos questionários (online versus papel e lápis), controlámos esta variável de modo a aferir a permanência do efeito do estatuto relacional. Observámos que o efeito da variável estatuto relacional se manteve significativo ( $F(3, 920) = 7.90; p < .001; \eta^2p = .03$ ).

### Discussão

A presente investigação procurou contribuir para o estudo do compromisso pessoal, ao validar a versão portuguesa da *Commitment Scale*, a Escala de Compromisso Pessoal (ECP) numa amostra de 924 participantes envolvidos numa relação amorosa e ao explorar o impacto de diferentes estatutos relacionais no mesmo. Diversas variáveis sociodemográficas e relacionais foram controladas, encontrando-se sistematicamente um efeito significativo do estatuto relacional.

No que respeita ao estudo de validação da ECP, este apresenta-a como um instrumento com bons índices de qualidade psicométrica que, aliados ao seu tamanho, fazem desta escala uma opção prática e de qualidade quer para investigação, quer para avaliação no âmbito de

intervenção, a nível terapêutico e preventivo. Não obstante, a análise da estrutura factorial realizada traz um dado interessante, no que respeita à concepção teórica dos autores da escala original. Enquanto Stanley e colaboradores (1992) defendem um modelo bidimensional do compromisso (compromisso pessoal por um lado – dimensão avaliada pela ECP, e compromisso por constrangimentos por outro), a análise factorial da escala leva à exclusão de dois itens que são associados pelos autores ao construto de meta-compromisso. Segundo eles, este construto é integrado empiricamente na variável de compromisso pessoal, e assim na sua escala. Contudo, os resultados aqui apresentados divergem desta integração e vão mais ao encontro de modelos tridimensionais do compromisso, que separam compromisso pessoal, estrutural e moral, como o modelo de Johnson (Johnson, Caughlin, & Huston, 1999), que outros autores têm considerado e replicado (e.g., Narciso & Ribeiro, 2009; Pope & Cashwell, 2013).

Quanto ao estudo exploratório, este apresenta-se como uma mais-valia face à literatura existente ao alertar para a variabilidade relacional contemporânea e ao explorar o efeito de quatro estatutos relacionais diferentes no compromisso dos participantes, ultrapassando a frequente dicotomia coabitantes-casados e incluindo casais numa relação de namoro. Desde logo, verifica-se que os casais em união de facto apresentam níveis de compromisso inferiores aos casados, independentemente do tempo de relação, sexo, envolvimento religioso e qualidade relacional. Os resultados sugerem assim que as uniões de facto, embora sendo relacionamentos de coabitação estável, se caracterizam por um nível de investimento pessoal menos seguro do que os casamentos. Estes dados parecem vir ao encontro da teorização de Stanley e colaboradores (e.g., 2010), ao referirem-se à manutenção da ambiguidade nos relacionamentos conjugais sem assunção de um vínculo comprometido formal, o que se pode traduzir em maior instabilidade e dissolução relacional. No seu modelo e investigação, os autores entendem que as relações de coabitação são muitas vezes marcadas por uma ausência de escolha e intencionalidade da parte de um ou ambos os elementos do casal, que sintetizam no binómio explicativo *Sliding vs. Deciding*<sup>36</sup>. Para Brines e Joyer (1999), a ausência de protecção institucional na coabitação é uma das razões para a sua elevada instabilidade, levando a um sentimento de menor segurança pelos parceiros, menor investimento e menor compromisso. É de notar contudo que, diferentemente da coabitação normalmente referida nos artigos da especialidade, a união de facto é enquadrada juridicamente em Portugal, i.e., um par amoroso que coabite durante pelo menos dois anos fica abrangido pelo estatuto legal da “união de facto”. Todavia, a união de facto permanece um estatuto para o qual não é necessária uma escolha ou um processo social/legal para a sua obtenção. Já o casamento – mesmo que com

---

<sup>36</sup> Deslizar vs. Decidir, tradução das autoras.

algum componente possível de *sliding*, implica sempre uma tomada de decisão e o assumir público desse mesmo compromisso. Assim, a vertente pública e o enquadramento social da relação amorosa, traduzida na convenção institucional do casamento, surge nestes dados como expressão de uma realidade relacional mais comprometida.

Os resultados referentes aos primeiros três estatutos (namoro sem e com coabitação e união de facto) podem também oferecer considerações pertinentes, sendo que não há diferenças significativas entre eles e, em termos globais, os participantes não maritais (namoro) são tão ou mais comprometidos do que aqueles em união de facto. A este respeito, Stanley e Rhoades (2009) reflectem sobre a progressão relacional actual, com vários jovens a percepcionarem como normativo transições que anteriormente eram vividas com o casamento (e.g., vida sexual activa e coabitação), podendo haver ou não perspectivas de casamento futuro. Na perspectiva de um desenvolvimento relacional progressivo, poder-se-ia assumir teoricamente que os quatro estatutos abrangidos reflectiriam um *continuum* de compromisso, correspondendo a níveis crescentes de intimidade relacional. Tal é sugerido por Niehuis e colaboradores (2006) que, na sua proposta de modelo de desenvolvimento duma relação amorosa, apontam a progressão do compromisso como um dos processos relacionais fundamentais. Porém, no nosso estudo, tal não se verifica: os participantes que vivem juntos não apresentam valores superiores de compromisso comparados com os que não vivem juntos, colocando assim em evidência que a transição para a coabitação não é necessariamente uma expressão de maior compromisso. Um estudo qualitativo de Manning e Smock (2005) reporta também que poucas pessoas afirmavam ter tomado uma decisão deliberada de começar a viver juntos. Tal parecia ocorrer gradualmente, muitas vezes sem que entre os parceiros houvesse uma comunicação aberta sobre o significado desta transição e uma visão clara dum futuro em conjunto. Para Stanley e Rhoades (2009), tal progressão relacional corresponde a um desenvolvimento de risco, em oposição a processos de maior clareza e intencionalidade.

Importa referir que o risco pode residir ainda num desequilíbrio dos níveis de compromisso e motivações dentro do casal, podendo a coabitação ter significados diferentes para cada elemento do casal (e.g., ser encarada pela mulher como um estágio antecedente ao casamento e pelo homem como uma fase de teste da relação), o que poderá trazer implicações ao nível do poder na relação (e.g. Rhoades, Stanley & Markman, 2006, 2012). Não obstante os riscos descritos, alguns estudos parecem indicar que a coabitação continua a ser vista como uma alternativa mais atraente do que o casamento, baseada em pressupostos falaciosos (Reed, 2006). Tais concepções podem ser clarificadas, apoiando os casais a tomarem decisões informadas sobre a sua evolução relacional.



### Limitações e Pistas para Investigações Futuras

A presente investigação, não obstante o contributo que traz ao domínio da avaliação psicológica e à compreensão das relações amorosas em diferentes estatutos relacionais, tem diversas limitações. Em primeiro lugar, os seus resultados devem ser considerados na perspectiva de uma amostra de conveniência, não probabilística, logo não generalizável a outras populações. Naturalmente, tal aplica-se não só à população portuguesa como à compreensão do fenómeno no contexto europeu e internacional. Por exemplo, os autores Liefbroer e Dourleijn (2006), num vasto estudo europeu que procurou compreender o impacto da coabitação na estabilidade da relação, colocam em evidência que este efeito varia fortemente entre países, pelo que estes dados deverão ser – como os de estudos semelhantes - entendidos num contexto macrossociológico que influencia naturalmente todos os processos relacionais. A própria adaptação da escala à população específica em estudo (e.g., a retirada de dois itens) deve ser entendida no seu contexto nacional, pelo que estudos transculturais devem ser cautelosos nas suas afirmações (Maroco & Garcia-Marques, 2006).

Quanto aos procedimentos, o facto de parte da recolha de dados ter sido realizada *online* poderá ser entendido como constituindo um risco para a investigação por se tratar de uma prática ainda “na infância” e cujo debate ético está ainda no seu início (cf. Madge, 2007). Apesar disso, diversos estudos têm evidenciado que a qualidade e validade das respostas não difere das de outros métodos, revelando-se os dois formatos (papel vs. *online*) absolutamente convergentes nos pontos essenciais (Birnbaum, 2004; Gosling, Vazire, Srivastava, & John, 2004). Importa salientar que foram cumpridas todas as exigências processuais, como sejam a protecção do anonimato, consentimento informado e o respeito pela autonomia dos participantes (Kraut et al., 2004). As críticas por vezes feitas ao enviesamento da amostra em estudos *online*, pelo facto das pessoas que usam a Internet diferirem ainda das que não a usam em diversas características demográficas e sociais, é de aplicação reduzida ao presente estudo, já que este assentou num processo de recolha misto.

No que respeita ao estudo de tradução e validação da ECP, será importante estudar-se a estabilidade temporal do instrumento numa avaliação teste-reteste, assim como verificar a exclusão dos itens noutras culturas. Para completar o estudo desta variável, será também interessante proceder à adaptação de outros instrumentos usados pela equipa que a elaborou, especificamente a escala que avalia a dimensão do compromisso por constrangimentos.

Quanto ao estudo exploratório dos diversos estatutos relacionais, salienta-se desde logo o seu *design* transversal. O facto de a presente recolha de dados decorrer num momento único do tempo constitui uma limitação que pode ser de futuro ultrapassada em estudos longitudinais

que permitam compreender relações causais entre os construtos avaliados, tendo em conta o desenvolvimento dos relacionamentos amorosos.

Considera-se também de particular interesse a possibilidade de estudos qualitativos que permitam compreender de forma mais aprofundada os processos relacionais, em concreto no que diz respeito ao compromisso e seu impacto na progressão da relação. O binómio compromisso vs. ambiguidade pode também trazer luz para o ainda pouco estudado domínio específico da tomada de decisão dos jovens, no que respeita às motivações para o casamento ou coabitação, assim como dos marcadores atuais destas transições. Mais investigação é necessária no domínio das formas alternativas da conjugalidade e suas implicações em termos de resultados relacionais, face aos resultados por vezes contraditórios dos estudos existentes. É de salientar, ainda, que o desenvolvimento de investigações semelhantes deverá procurar abranger a díade e não apenas o indivíduo como aqui foi o caso, o que acrescentaria interessantes contributos na compreensão da dinâmica relacional e, em especial, da dimensão do compromisso e sua relação com outras variáveis que no presente estudo foram apenas controladas. Novos estudos poderão assim explorar mais aprofundadamente variáveis como sexo, religiosidade, duração da relação e satisfação e qualidade relacionais. Trabalhos futuros deverão, por fim, controlar a existência ou não de coabitação antes do casamento, assim como o desejo ou decisão de casar no futuro, já que a literatura mostra serem estes aspectos relevantes a considerar, o que não teve lugar na presente investigação (Galena K. Rhoades, Stanley, & Markman, 2009).

O estudo do compromisso e da diversidade de vivências relacionais é um tema ainda recente na investigação internacional, que procura não obstante dar respostas a novos desafios que os casais enfrentam actualmente. De facto, a construção de relações íntimas seguras e duradouras parece, hoje em dia, mais difícil de alcançar, quando tantas mudanças acontecem ao nível dos papéis de género, da educação, do trabalho, dos valores e das expectativas nas relações (McGoldrick & Shibusawa, 2012), ao mesmo tempo que os casais continuam a resistir a olhar para mitos e expectativas pouco adaptativas que têm em relação ao casamento e coabitação (Storaasli & Markman, 1990).

O compromisso constitui-se, pois, como um tema central na progressão e definição relacional. Esta dimensão, assim como a ambiguidade que alguns estatutos relacionais parecem representar, devem ser incluídas na agenda de clínicos e agentes interventivos empenhados na promoção de relacionamentos amorosos saudáveis e satisfeitos. A reflexão sobre estes fatores possibilitará apoiar os seus clientes em processos como a clarificação de expectativas e motivações nas diversas transições, na tomada de decisões conscientes e informadas e na exploração de relações de poder, fruto de assimetrias nesta dimensão. O aprofundar da

compreensão sobre a variável compromisso em relações amorosas distintas lança, assim, novas pistas para o panorama de investigação atual, para o trabalho clínico e para intervenções diversas com indivíduos, casais e comunidades.

## Referências

- Atkins, D. C., Rubin, T. N., Steyvers, M., Doeden, M. A., Baucom, B. R., & Christensen, A. (2012). Topic models: A novel method for modeling couple and family text data. *Journal of Family Psychology, 26*, 816-827. doi: <http://dx.doi.org/10.1037/a0029607>
- Birnbaum, M. H. (2004). Human research and data collection via the internet. *Annual Review of Psychology, 55*, 803-832. doi: <http://dx.doi.org/10.1146/annurev.psych.55.090902.141601>
- Brines, J., & Joyner, K. (1999). The ties that bind: Principles of cohesion in cohabitation and marriage. *American Sociological Review, 64*, 333-355. doi: <http://dx.doi.org/10.2307/2657490>
- Browne, M. W., & Cudeck, R. (1992). Alternative ways of assessing model fit. *Sociological Methods and Research, 21*, 230-258. doi: <http://dx.doi.org/10.1177/0049124192021002005>.
- Cronbach, L. J. (1970). *Essentials of Psychological Testing*. Michigan: Harper & Row Limited.
- Field, A. (2009). *Discovering Statistics Using SPSS* (3rd ed.). London: SAGE Publications Ltd.
- Forste, R., & Tanfer, K. (1996). Sexual exclusivity among dating, cohabiting, and married women. *Journal of Marriage and Family, 58*, 33-47. doi: <http://dx.doi.org/10.2307/353375>
- Gosling, S. D., Vazire, S., Srivastava, S., & John, O. P. (2004). Should we trust web-based studies? A comparative analysis of six preconceptions about internet questionnaires. *American Psychologist, 59*, 93-104. doi: <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.59.2.93>
- Harman, H. H. (1976). *Modern factor analysis*. Chicago: University Press
- Hu, L., & Bentler, P.M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal, 6*(1), 1-55. doi: <http://dx.doi.org/10.1080/10705519909540118>.
- Johnson, M. P., Caughlin, J. P., & Huston, T. L. (1999). The tripartite nature of marital commitment: Personal, moral, and structural reasons to stay married. *Journal of Marriage and the Family, 61*, 160-177. doi: <http://dx.doi.org/10.2307/353891>
- Kalmijn, M. (2007). Explaining cross-national differences in marriage, cohabitation, and divorce in Europe, 1990-2000. *Population Studies: A Journal of Demography, 61*, 243-263. doi: <http://dx.doi.org/10.1080/00324720701571806>
- Kline, G. H., Stanley, S. M., Markman, H. J., Olmos-Gallo, P. A., St. Peters, M., Whitton, S. W. (2004). Timing is everything: Pre-engagement cohabitation and increased risk for poor

- marital outcomes. *Journal of Family Psychology*, *18*, 311-318. doi: <http://dx.doi.org/10.1037/0893-3200.18.2.31>
- Kraut, R., Olson, J., Banaji, M., Bruckman, A., Cohen, J., & Couper, M.. (2004). Psychological research online: Report of board of scientific affairs' advisory group on the conduct of research on the internet. *American Psychologist*, *59*, 105-117. doi: <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.59.2.105>
- Levinger, G. (1979). A social exchange view on the dissolution of pair relationships. In R. L. Burgess & T. L. Huston (Eds.), *Social exchange in developing relationships* (pp. 169-193). New York: Academic Press.
- Madge, C. (2007). Developing a geographers' agenda for online research ethics. *Progress in Human Geography*, *31*, 654-674. doi: <http://dx.doi.org/10.1177/0309132507081496>
- Manning, W., & Smock, P. (2002). First comes cohabitation and then comes marriage? A research note. *Journal of Family Issues*, *23*, 1065-1087. doi: <http://dx.doi.org/10.1177/019251302237303>
- Manning, W. D., & Smock, P. J. (2005). Measuring and modeling cohabitation: New perspectives from qualitative data. *Journal of Marriage and Family*, *67*, 989-1002. doi: <http://dx.doi.org/10.2307/3600252>
- Maroco, J., & Garcia-Marques, T. (2006). Qual a fiabilidade do alfa de Cronbach? Questões antigas e soluções modernas? [What is the reliability of the Cronbach's alpha? Old questions and modern solutions?]. *Laboratório de Psicologia*, *4*, 65-90.
- McGoldrick, M., & Shibusawa, T. (2012). The family life cycle. In F. Walsh (Ed.), *Normal family processes: Growing diversity and complexity* (4th ed., pp. 375-398). New York: The Guilford Press.
- Narciso, I., & Ribeiro, M. T. (2009). *Olhares sobre a Conjugalidade* [Views on marital relationships]. Lisboa: Coisas de Ler.
- Niehuis, S., Huston, T. L., & Rosenband, R. (2006). From courtship into marriage: A new developmental model and methodological critique. *Journal of Family Communication*, *6*, 23-47. doi: [http://dx.doi.org/10.1207/s15327698jfc0601\\_3](http://dx.doi.org/10.1207/s15327698jfc0601_3)
- Olson, J. R., Goddard, H. W., & Marshall, J. P. (2013). Relations among risk, religiosity, and marital commitment. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, *12*, 235-254. doi: <http://dx.doi.org/10.1080/15332691.2013.806705>
- Nunnally, J.C., & Bernstein, I.H. (1994). *Psychometric Theory*. USA: McGraw-Hill, Inc.
- Poortman, A.-R., & Mills, M. (2012). Investments in marriage and cohabitation: The role of legal and interpersonal commitment. *Journal of Marriage and Family*, *74*, 357-376. doi: <http://dx.doi.org/10.1111/j.1741-3737.2011.00954.x>

- Pope, A. L., & Cashwell, C. S. (2013). Moral commitment in intimate committed relationships: A conceptualization from cohabiting same-sex and opposite-sex partners. *The Family Journal, 21*, 5-14. doi: <http://dx.doi.org/10.1177/1066480712456671>
- Regan, P. C. (2008). *The mating game: A primer on love, sex and marriage* (2nd ed.). California: SAGE. doi: <http://dx.doi.org/10.4135/9781452274812>
- Rhoades, G. K., Stanley, S. M., & Markman, H. J. (2006). Pre-engagement cohabitation and gender asymmetry in marital commitment. *Journal of Family Psychology, 20*, 553-560. doi: <http://dx.doi.org/10.1037/0893-3200.20.4.553>
- Rhoades, G. K., Stanley, S. M., & Markman, H. J. (2009). The pre-engagement cohabitation effect: A replication and extension of previous findings. *Journal of Family Psychology, 23*, 107-111. doi: <http://dx.doi.org/10.1037/a0014358>
- Rhoades, G. K., Stanley, S. M., & Markman, H. J. (2012). A longitudinal investigation of commitment dynamics in cohabiting relationships. *Journal of Family Issues, 33*, 369-390. doi: <http://dx.doi.org/10.1177/0192513x11420940>
- Rindfuss, R. R., & VandenHeuvel, A. (1990). Cohabitation: A precursor to marriage or an alternative to being single? *Population and Development Review, 16*, 703-726. doi: <http://dx.doi.org/10.2307/1972963>
- Rusbult, C. E. (1980). Commitment and satisfaction in romantic associations: A test of the Investment Model. *Journal of Experimental Social Psychology, 16*, 172-186. doi: [http://dx.doi.org/10.1016/0022-1031\(80\)90007-4](http://dx.doi.org/10.1016/0022-1031(80)90007-4)
- Schoebi, D., Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (2012). Stability and change in the first 10 years of marriage: Does commitment confer benefits beyond the effects of satisfaction? *Journal of Personality and Social Psychology, 102*, 729-742. doi: <http://dx.doi.org/10.1037/a0026290>
- Scott, S. B., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., Allen, E. S., & Markman, H. J. (2013). Reasons for divorce and recollections of premarital intervention: Implications for improving relationship education. *Couple and Family Psychology: Research and Practice, 2*, 131-145. doi: <http://dx.doi.org/10.1037/a0032025>
- Segars, A. H., & Grover, V. (1993). Re-examining Perceived Ease of Use and Usefulness: A Confirmatory Factor Analysis. *MIS Quarterly, 17*, 517-525. doi: <http://dx.doi.org/10.2307/249590>
- Seltzer, J. (2004). Cohabitation in the United States and Britain: Demography, kinship, and the future. *Journal of Marriage and Family, 66*, 921-928. doi: <http://dx.doi.org/10.2307/3600166>

- Stanley, S. M. (2003). *Assessing couple and marital relationships: Beyond form and toward a deeper knowledge of function*. Paper presented at the Healthy Marriage Interventions and Evaluation Symposium of the Measurement Issues in Family Demography Conference, Washington D.C.
- Stanley, S. M., & Markman, H. J. (1992). Assessing commitment in personal relationships. *Journal of Marriage & Family, 54*, 595-608. doi: <http://dx.doi.org/10.2307/353245>
- Stanley, S. M., Markman, H. J., & Whitton, S. W. (2002). Communication, conflict, and commitment: Insights on the foundations of relationship success from a national survey. *Family Process, 41*, 659-675. doi: <http://dx.doi.org/10.1111/j.1545-5300.2002.00659.x>
- Stanley, S. M., & Rhoades, G. K. (2009). Marriages at risk: Relationship formation and opportunities for relationship education. In H. Benson & S. Callan (Eds.), *What works in relationship education: Lessons from academics and service deliverers in the United States and Europe* (pp. 21-44). Doha, Qatar: Doha International Institute for Family Studies and Development.
- Stanley, S. M., Rhoades, G. K., & Markman, H. J. (2006). Sliding versus deciding: Inertia and the premarital cohabitation effect. *Family Relations, 55*, 499-509. doi: <http://dx.doi.org/10.1111/j.1741-3729.2006.00418.x>
- Stanley, S. M., Rhoades, G. K., & Whitton, S. W. (2010). Commitment: Functions, formation, and the securing of romantic attachment. *Journal of Family Theory & Review, 2*, 243-257. doi: <http://dx.doi.org/10.1111/j.1756-2589.2010.00060.x>
- Stevens, J. (2009). *Applied Multivariate Statistics for the Social Sciences* (5th ed.). NY, USA: Routledge.
- Storaasli, R. D., & Markman, H. J. (1990). Relationship problems in the early stages of marriage: A longitudinal investigation. *Journal of Family Psychology, 4*, 80-98. doi: <http://dx.doi.org/10.1037/0893-3200.4.1.80>
- Whitton, S. W., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., & Markman, H. J. (2008). Effects of parental divorce on marital commitment and confidence. *Journal of Family Psychology, 22*, 789-793. doi: <http://dx.doi.org/10.1037/a0012800>





**Capítulo IV. Caracterização da população e avaliação de  
necessidades e recursos**



**Artigo 5: Anticipated marital needs and strengths of dating couples: Qualitative contributions for the development of relationship and marriage education programs<sup>37</sup>**

---

<sup>37</sup> Monteiro, A. P., & Ribeiro, M. T. Anticipated marital needs and strengths of dating couples: Qualitative contributions for the development of relationship and marriage education programs. Manuscrito re-submetido a publicação a Maio de 2014.



**Anticipated marital needs and strengths of dating couples: Qualitative contributions for the development of relationship and marriage education programs**

Abstract

Efforts have been made to develop preventive interventions based on solid marital research but few studies have directly questioned target populations. Aiming to provide qualitative contributions to enrich premarital curricula and program appeal, twenty couples ( $N = 40$ ) in a committed dating relationship were interviewed, and asked about which issues they would include in such programs as well as the strengths of their relationships. Both questions were analyzed through a thematic analysis. Regarding the first question, *communication* and the *balance me/you/us* were the major themes. *Finances* were also a key issue. External contexts, such as *family* and *work*, were rarely discussed and *emotions and affection* was only mentioned by one couple. When sharing their strengths, couples highlighted more positive themes, such as friendship and fun. A sense of couple identity and pride was conveyed throughout their reflections. Couples' responses are discussed critically in light of current research and theoretical models. Implications for curriculum and advertising of marriage and relationship programs are suggested.

*Keywords:* Dating couples, Premarital programs, Curriculum issues, Marketing, Premarital needs assessment, Qualitative research

### Anticipated Marital Needs and Strengths of Dating Couples: Qualitative Contributions for the Development of Relationship and Marriage Education Programs

It is well established that young adults' romantic relationships play a significant role in the development of healthy and satisfying marital relationships (Collins & van Dulmen, 2006). Young couples strive with complexity and ambiguity but still desire for a long-term commitment to a life partner (Shulman & Connolly, 2013; Stanley, Rhoades, & Fincham, 2011). However, marital distress and divorce rates are high and with negative consequences on individual, couples, extended families, communities and societies well-being (Carroll & Doherty, 2003; Halford & Snyder, 2012). Years of research on relationship trajectories and marital success and dissolution have provided a body of solid research of relevant variables and shown that acting on them even at an early stage can have a long-term positive impact on the marital relationship (Bradbury & Karney, 2004; Clements, Stanley, & Markman, 2004; Gottman & Notarius, 2002; Holman, 2001). In response, scholars, practitioners and governments have been developing and improving preventive efforts, specifically investing in youth and premarital psychoeducational programs (Halford, 2011; Halford & Bodenmann, 2013; Hawkins, Stanley, Blanchard, & Albright, 2012; Morris, McMillan, Duncan, & Larson, 2011; Scott, Rhoades, Stanley, Allen, & Markman, 2013).

These interventions show promising results in preventing divorce and marital distress and promoting marital satisfaction, as they also address limitations of couples' therapy, reaching more couples with more efficiency (Markman & Rhoades, 2012; Markman, Rhoades, Stanley, & Peterson, 2013; Williamson, Trail, Bradbury, & Karney, 2014). Researchers and practitioners have made several efforts to theoretically and empirically base their curriculums, diversify formats and deliver them to general and specific populations (Halford, 2011; Halford, O'Donnell, Lizzio, & Wilson, 2006; Olson, Larson, & Olson-Sigg, 2009; Stanley, Rhoades, Olmos-Gallo, & Markman, 2007).

It is nonetheless a field in need of continuous improvement to address several limitations, such as the existence of mixed results regarding communication skills training efficacy, a lack of long-term impact of well-known programs and limitations in reaching potential participants (Bradbury & Lavner, 2012; Gottman, Carrère, Swanson, & Coan, 2000; Halford et al., 2006; Markman & Rhoades, 2012; Markman et al., 2013; Stanley, Bradbury, & Markman, 2000; Wadsworth & Markman, 2012). According to these authors, more consideration should be given to different theoretical framework and curricula, and to tailoring to specific socio-cultural groups and marketing and recruitment strategies. So on one hand, fresh new approaches are needed in a field already established in some western countries, but on other hand there are still unreached populations and even countries. For example, there is no knowledge of any

premarital or enrichment program in Portugal, besides the ones provided by religious groups, as well as no efforts to scientifically address them. With the aim to contribute with exploratory data, this study provides and reflects on qualitative elaborations of Portuguese young adults in dating relationships about their anticipated marital needs and, therefore, most pertinent themes to include in a premarital program, as well as their relational strengths.

### **Theoretical models and themes of premarital programs**

In this regard, Bradbury and Lavner (2012) have suggested moving beyond the most commonly used cognitive-behavioral approaches to consider new theoretical models and reformulate existing curriculums. Ecosystemic approaches, for example, have long focused on developmental transitions and couple relationships (Carter & McGoldrick, 1988; Stanton & Welsh, 2012) but are yet to receive proper attention from the research community in this field (Larson, 2004; Christine E. Murray, 2005). Carter and McGoldrick, in their family life cycle model, conceptualized dating as being included in the single young adult stage, which general description and listed tasks parallels the emerging adult phase (Arnett, 2001; Collins & van Dulmen, 2006; Stanley et al., 2011). Both approaches see young adults' relationships as in a transitional stage that can develop into committed and long-term relationships, such as marriage. They also highlight central aspects of young adults' lives, i.e., complexity and diversity, and emphasize the articulated tasks of managing autonomy and work challenges with relational ones.

These models' consideration for the articulation between personal, relational and more external challenges of young couples are also supported by some review studies and integrative models that offer a comprehensive organization of individual, relational, contextual and developmental dimensions that predict marital dissolution and determine marital satisfaction (Bradbury, Fincham, & Beach, 2000; Gottman & Notarius, 2002; Halford, 2011; Holman, 2001). However, their translation to program curricula has been limited, with a main focus on specific relational processes such as communication and conflict (Bradbury & Karney, 2004; Rogge, Cobb, Lawrence, Johnson, & Bradbury, 2013).

Similarly, Hawkins et al. (2012) have pointed out a need for more experimentation in themes, methods and settings, taking into account participants' attitudes and characteristics. Also, in order to effectively reach different populations, there is still need for empirical based interventions that are socially and culturally relevant and that incorporate both couples' weaknesses and strengths (Antle et al., 2013; Hawkins et al., 2012; Larson, 2004; Christine E. Murray, 2005; Snyder, Duncan, & Larson, 2010). Improving marketing efforts is consequently a fundamental dimension, even more when estimates show that only 30% of couples use such

interventions (Morris et al., 2011; Sullivan & Anderson, 2002; Valiente, Belanger, & Estrada, 2002).

One way to overcome these limitations is to directly address participants that were involved in intervention programs, such as Williams, Rikey, and Dyke's (1999) study that asked couples who had participated in a marriage preparation program which themes they found most important. Results highlighted what authors called the "Five Cs", i.e., communication, commitment, conflict resolution, children and church. More recently, Scott et al. (2013) asked divorced individuals that participated in the PREP program why their relationship ended and what they would include in a premarital program. They emphasized several themes that should be considered for new content, such as infidelity, substance abuse, domestic violence, financial hardship, marriage expectations and developmental course.

### **Potential participants' contribution to program development**

A second similar methodology is to ask potential program participants, in order to assess their expectations, perceived needs and preferences (Snyder et al., 2010). Asking young adults about their ideas and anticipated needs dates back to 1992 when two articles were published on the topic. At that time, Williams (1992) stated that, "although engaged individuals are the primary consumers of premarital counseling, no previous research has explored their perceptions regarding marriage preparation." (p. 505). His study aimed to report what engaged individuals believed were important areas to address when preparing couples for marriage, using both open questions and lists of skills. In his opinion, this direct approach would allow to achieve two important goals: first, to assess couples' perceived anticipated needs and consequently, discern areas that may have been overlooked by authors of premarital programs; and second, to develop marriage programs that were more appealing for engaged couples. Communication and money / finances were clearly the most important global concerns but when confronted with an extensive list of skills, participants added, in first place, dealing with stress from work, which was and still is an underemphasized area in premarital programs. With similar goals, Silliman, Schumm, and Jurich (1992) asked young adults about their preferences for premarital preparation program designs, using a predefined survey, with a quantitative approach, but didn't include specific themes or list of concerns.

Since then, some studies have focused on the contribution of young adults' opinions to tailoring curricula to different populations, to being culturally and socially sensitive and to properly marketing the resulting programs. For example, Sullivan and Anderson (2002) did a similar quantitative approach to potential non-married participants, who emphasized topics such as communication, finances, and problem solving. The authors didn't however specify if there were participants already living together. More recently, Snyder et al. (2010) did an



exploratory qualitative study, with focus groups, with Latino individuals and professionals that worked with this population, to assess its perceived needs and interests for marriage education. Findings showed that most females were concerned with domestic violence and infidelity while males were more concerned with financial stability, communication and parenting skills. With an indirect approach, Hicks, McWey, Benson, and West (2004) asked 962 premarital individuals about their relationship strengths in order to inform the development of a Gottman-based program. Although they didn't directly ask what participants perceived as intervention needs, their study provided insights into what dating couples do best and therefore gave indications on positive processes that should be protected and enhanced.

Despite some idealism natural in premarital or recently married couples (Fowers, Veingrad, & Dominicis, 2002), anticipated marital needs of dating couples can provide insights that can be an addition to empirical studies and experts' knowledge, in improving both curriculum and program appeal, in its richness and social and cultural pertinence. In fact, these considerations align with what prevention and community perspectives have long advocated for, i.e., the importance of assessing population needs, giving voice to their concerns and knowledge (Hage et al., 2007). It is also supported by best intervention practices that on one hand regard people as specialists of their lives (Harway, Kadin, Gottlieb, Nutt, & Celano, 2012), and on the other value the strengths and resources they already have (Christine E. Murray & Murray Jr., 2004).

The present study continues on this path, giving voice to both the anticipated challenges and perceived strengths of dating Portuguese couples. The results obtained from joint couple interviews aim therefore to provide data that can enrich preventive programs' design, provide socio-cultural reflections and also improve the promotion/marketing of such interventions in Portugal and elsewhere.

## **Method**

### **Participants**

Participants were selected by convenience and snow-ball effect methods and criteria for inclusion were age, aiming at young adults (18 to 28 years old), and relationship status, as participants had to be in a committed noncohabiting dating relationship of more than six months. Engaged couples weren't specifically recruited as occasional and stable cohabitation are increasingly common before marriage (Jamison & Ganong, 2011).

Twenty heterosexual couples ( $N = 40$ ) were interviewed, with a mean age of nearly 23 ( $M = 22.63$ ;  $SD = 2.71$ ). All were in a committed dating relationship with an average duration of 3 years (7 months – 11 years). All participants were Portuguese and self-reported as Caucasian, and most lived with family (92.5%). Fifty-five percent were college students and 42% worked (of

these, only three participants didn't have a college degree). Regarding their religious beliefs and practices, 42% considered themselves practicing Christians, 15% non-practicing Christians and 35% had no religious belief (three participants didn't answer). Concerning future marriage plans, the majority mentioned having talked about the issue but with no specific plan, three couples had a set wedding date, two couples said marriage was not a desired marital arrangement, and one couple said they hadn't discussed the topic.

### **Instruments**

A semi-structured interview was developed in the context of a broader research concerning couples' story, their resources and major issues in their relationships (average duration of two hours). For the present study only the two final questions were analyzed, with an average time of 20 minutes. The questions were: "Considering possible challenges of marital life, which themes would you include in a program that aims to support dating and engaged couples in the development of their relationship, specifically in the transition to marital life?"<sup>38</sup> (Q1) and "What are the strengths of your relationship? / What would you point out as the best thing you have or do as a couple?" (Q2). A sociodemographic questionnaire was also administered, with some questions regarding relationship issues, such as duration, status, cohabitation, and future marriage plans.

### **Procedure**

The interviews were conducted by the first author, a PhD student with advanced post graduate studies in family psychology and qualitative methodologies. They took place mainly at the university facilities of both authors, occasionally at one of the participants' homes. Both members of the couple were present and interviewed together. The main goals and characteristics of the research were presented, specifically the desire to develop a premarital course in a secular setting, and verbal and written consent was given by the couple. As part of the broader research, after the interview, participants were given a questionnaire each, which included general socio-demographic questions, with sealed and addressed envelopes and were asked to answer them individually at home and return them by mail when possible. This normally occurred in an interval of two weeks after the interview. Interviews were recorded, transcribed verbatim and imported to software QSR NVivo10 (QSR, 2012). The project was submitted to scientific and ethical scrutiny, and approved by the appointed department of the University.

---

<sup>38</sup> Participants were asked to reflect both on their personal experience and on the knowledge they had of challenges and needs of couple relationships, for example, focusing on their friends' and acquaintances'.

## Analysis

The interviews' transcriptions were subjected to a couple level thematic analyses (Braun & Clarke, 2006), as in each couple corresponded to a case. Units of meaning could therefore consist of one participant's discourse or a couple's dialogue, when the same meaning was being conveyed. Without a preexisting coding frame, the coding followed a 'bottom-up', inductive process and the analyses were made at an explicit substantive level as the questions were quite straightforward and many participants answered in a topic or list format. Thus, the first coding phase provided very specific categories proximal to the meaning units such as a sentence or what would be a paragraph in a written text (e.g., having children, and career goals). As cases were compared, some categories were merged together and some were organized into broader conceptual themes as they clustered together (e.g., future goals). The final process consisted of creating synthetic overarching themes (e.g., self and mutual knowledge). This resulted in a three-level tree for some themes, and two-level for others. During this process, both authors met regularly to discuss the categorization and refine criteria and concepts. Data from both questions were analyzed independently, as seen in the following results section. Qualitative elaborations by participants on each overarching theme are provided, specifically on the subcategories most mentioned<sup>39</sup>.

## Results

### Question 1: Marital challenges and themes to include in a premarital program

Analysis of Question 1 (Q1) resulted in seven overarching themes: *communication*, *balance me / you / us*, *practical issues*, *self and mutual knowledge*, *marital life expectations and implications*, *external contexts* and *intimacy and affection*. These themes and respective subcategories can be seen in Table 1, organized by number of couples that mentioned them, in a descending order<sup>40</sup>.

Table 1. *Overarching themes and subcategories ordered by total of couples, regarding Q1*

|  | Total    |
|--|----------|
| Themes for anticipated marital needs     | (N = 20) |
| <i>Communication</i>                     | 16       |
| How to communicate and resolve conflicts | 10       |
| General communication and dialogue       | 7        |
| Daily communication                      | 4        |

<sup>39</sup> Interview excerpts are translations from Portuguese.

<sup>40</sup> For parsimonious reasons, third level themes are not included but can be requested to first author.

---

|  |    |
|--|----|
| Communication over deep personal issues                  | 4  |
| Communication over relationship issues                   | 1  |
| <i>Balance I / You / We</i>                              | 11 |
| Focus on the partner                                     | 9  |
| Investment on the relationship                           | 7  |
| Individuality  | 6  |
| Balance fusion vs autonomy                               | 2  |
| <i>Practical issues</i>                                  | 11 |
| Money and financial stability                            | 7  |
| Chore division   | 4  |
| General adjustments                                      | 2  |
| Leisure and hobbies                                      | 1  |
| Adaptation to external changes                           | 1  |
| <i>Self and mutual knowledge</i>                         | 10 |
| Knowing the partner and compatibilities                  | 9  |
| Self-knowledge   | 2  |
| <i>Marital life expectations and implications</i>        | 9  |
| General awareness of marital life meaning and challenges | 5  |
| Taking (or skipping) relational steps                    | 4  |
| Marital options  | 3  |
| Information about risk factors and solutions             | 1  |
| <i>External contexts</i>                                 | 7  |
| Family of origin   | 4  |
| Friends  | 3  |
| Asking for external help                                 | 1  |
| <i>Intimacy and affection</i>                            | 6  |
| Sexuality  | 5  |
| Expressing and receiving affection and emotions          | 1  |

---

*Communication.* When asked Q1, most couples ( $n = 16$ ) quickly mentioned communication issues. Besides the importance of communication and sharing in general, they highlighted the need to communicate (and learn how to do it) in specific ways, such as showing that you are listening and that you understand, or being honest when you're sharing important things. One female participant said:

There is also the importance of talking about things and I speak first to myself because I'm not much of a talker... And sometimes there's the tendency to keep things inside because I don't feel like sharing but that's very important. Because the other is now part

of our life right? He is our life! So... to talk about things, to sit down and discuss daily issues and all the others.

*Balance me / you / us.* This overarching theme contains three distinct focuses and also an explicit category related to the need of balance. Firstly the results highlighted a focus on the partner: couples talked about respecting their opinions, values and feelings, and sometimes consequently be willing to compromise; e.g., a female respondent said:

It's kind of tricky... when there is too much freedom then there is no respect. If I don't do something, it's not because it's forbidden, it's because I respect him and if I like someone, it's not that hard; (...) I understand and don't want to hurt him.

In the second dimension, participants emphasized the relationship itself, the need to continuously cherish it, with intentionality and care, sometimes in opposition to a more individualistic view of marital life:

Sometimes people are independent of each other even when they live under the same roof, with extremely independent lives. I see that sometimes and I think that explains some of the problems couples have. (...) so keep dating! After you marry, one is on the couch watching television and the other... I don't know... but you must keep talking, having romantic dinners, having those more special moments for the two of you (female respondent).

The third dimension stressed out the importance of individuality, of maintaining each one's freedom and personal space and identity, as one young man said:

I would include individuality, in the sense that one doesn't occupy the other one's space too much, to let the other person decide and allow it. And don't intrude... I can go see a football game and she goes out with her friends and that's something important to have when you're a couple. In fact, in short, if you don't want to be fed up of one another, that's important!.

Two couples added an explicit focus on the need to not fall into extremes, fusion on one side and autonomy on the other.

*Practical issues.* Within *practical issues*, the most mentioned theme, money and financial stability, was approached in two ways. One was by highlighting the relevance of discussing finances and money management, as one female respondent puts it:

Firstly, money! Because there are many dating couples that don't live together and are used to sharing some things, paying stuff, buying each other dinners or other things... But then when they go live together they start noticing that they are incompatible, that the way they manage money is different.

The other one regarded the present socioeconomic context, as participants talked about the difficulties that the current recession has on couples' lives, suggesting that a premarital intervention should increase awareness and prepare couples to face some financial hardships. Additionally four couples also believed that management of domestic chores should be discussed, one mentioned leisure, and another couple discussed the need of being prepared to deal with changes and external challenges such as starting a new job or having to immigrate.

*Self and mutual knowledge.* This overarching theme related mainly to the importance of knowing the other and discussing possible differences and compatibilities in areas such as individual and couple values ( $n = 6$ ), future goals (e.g., career goals and children;  $n = 5$ ) and personalities ( $n = 2$ ). Two couples also mentioned that it is important to promote self-awareness. An example of this theme is the following quote by a female participant:

I think they must know very well what the other person wants. What I want and what my partner wants. To see if there are big gaps or disagreements regarding goals and expectations toward the future. To know if we want the same.

*Marital life expectations and implications.* When questioned about the areas that should be included in a premarital program, there were participants who reflected on the "bigger picture" of marriage and marital life, its meaning and the maturity and reflection that should exist in such a transition. Although the words 'expectations' and 'beliefs' weren't directly used, these concepts were present in several references. One male respondent said: "*It is important to make people understand that [marriage] is a really important step, a very important decision that perhaps sometimes it would be better not to make at all than to make it mistakenly*". So this theme included dimensions of maturity and awareness in general, reflections on the importance of taking certain relational steps (and the risk of skipping them), some discussion over marital options (with mixed feelings of whether cohabitating before marriage is a good or bad idea), and one couple said explicitly that it would be important to include information about risk factors and effective solutions to deal with them.

*External contexts.* Seven couples stressed the relevance of other systems beyond the couple, mainly family and friends. Most references in this theme were related to maintaining a good relationship with these social groups, with only one female (F) respondent mentioning the need to have boundaries with the families of origin after her boyfriend (M) highlighted the need to share their lives with them, as the following dialogue shows:

Well, [it's important to talk about] the relationship with friends and family, and how we can share the 'us' with them (M). Yes, but also the influence, where the limit is to the influence of others, friends and family. That is, it's important that they are present but it is as important to have boundaries. And sometimes that's complicated; probably it's

worse here in the city where it's so good to have family support. But sometimes couples fail to manage, they never achieve their independence as a couple (F).

Also one couple mentioned the importance of being open to ask help from professionals.

*Intimacy and affection.* This theme comprised five couples' references to the relevance of sexuality, as part of the developing process of intimacy. It also included the only couple that discussed a need of learning how to show and receive affection, and how to express emotions. Regarding sexuality, a young woman said:

I think that sexuality is a very important issue (...), and I'm not only talking about the act... no! When talking about sexuality, we talk about a lot of things, the involvement of the body, how one deals with the other person's body... it's the intimacy issues.

### Question 2: Relationship strengths

Question 2 (Q2) responses led to seven overarching themes and respective subcategories, as displayed in Table 2, organized with the same structure as the previous table. When asked about their strengths, couples seemed quite happy to answer and frequently used a sentence like a motto to synthesize their pride in their relationship. The overarching theme of *intimacy* was the most mentioned (its category *sharing* being the only one mentioned by more than half the couples), followed by *good moments* and *sense of balance*.

Table 2. *Overarching themes and subcategories ordered by total of couples, regarding Q1*

|  | Total<br>(N = 20) |
|--|-------------------|
| Themes for anticipated marital needs     |                   |
| <i>Communication</i>                     | 16                |
| How to communicate and resolve conflicts | 10                |
| General communication and dialogue       | 7                 |
| Daily communication                      | 4                 |
| Communication over deep personal issues  | 4                 |
| Communication over relationship issues   | 1                 |
| <i>Balance I / You / We</i>              | 11                |
| Focus on the partner                     | 9                 |
| Investment on the relationship           | 7                 |
| Individuality                            | 6                 |
| Balance fusion vs autonomy               | 2                 |
| <i>Practical issues</i>                  | 11                |
| Money and financial stability            | 7                 |
| Chore division                           | 4                 |
| General adjustments                      | 2                 |

---

|  |    |
|--|----|
| Leisure and hobbies                                      | 1  |
| Adaptation to external changes                           | 1  |
| <i>Self and mutual knowledge</i>                         | 10 |
| Knowing the partner and compatibilities                  | 9  |
| Self-knowledge   | 2  |
| <i>Marital life expectations and implications</i>        | 9  |
| General awareness of marital life meaning and challenges | 5  |
| Taking (or skipping) relational steps                    | 4  |
| Marital options  | 3  |
| Information about risk factors and solutions             | 1  |
| <i>External contexts</i>                                 | 7  |
| Family of origin   | 4  |
| Friends  | 3  |
| Asking for external help                                 | 1  |
| <i>Intimacy and affection</i>                            | 6  |
| Sexuality  | 5  |
| Expressing and receiving affection and emotions          | 1  |

---

*Intimacy.* The most common theme throughout Q2 responses was clearly *intimacy* ( $n = 14$ ). Here were included all references that emphasized proximity and friendship, expressed more specifically in terms of sharing, complicity, and expressions of love and support. Frequent, open and honest communication was often mentioned, as one male respondent said: “*We share a lot between us... I would risk saying that we share everything, good and bad... (...) and that is very good!*”. Couples also highlighted the positives of arguing and discussing difficult issues. The sense of feeling safe, “at home” was an additional part of this complicity: *I think one of our greatest strengths is that we’re so at ease with one another, so intimate. It’s that intimacy that I have with her and with no one else* (male respondent). Also feeling cared for and loved was very important to some couples. One female participant told us that even when she met her boyfriend earlier that day to come to the interview, he presented her with a flower, and “*after five years of being together, these things make a big difference and give a great deal of strength to our relationship, because it is these things that make me feel loved*”.

*Good moments.* This theme was related mainly to humor and fun, and to preparing and enjoying activities together, like dancing or going out for a walk. For six couples, their greatest strength was their sense of humor and their ability to have fun together, as one couple easily agreed: “*We laugh really well (M)! Oh that’s true, we have fun together and it’s easy to just take things (F)... It’s really easy to laugh with each other and to make each other laugh (M)!*”



*Sense of balance with partner.* This theme expressed the idea of enjoying peace in the articulation of both personalities and spaces. Trusting each other and feeling mutual respect within the relationship were valued by six couples. Additionally, the more explicit idea of being a *good fit* was mentioned by four couples, both in a way that couples felt they shared same values and traits and also that they complemented each other's shortcomings, as one couple described: *In the things I'm not so good at... he meets me there and vice-versa (F). Oh yes that happens (M)! I think that's good... We balance each other. (...) I think we complete each other (F).*

*Mutual development.* Four couples emphasized with gladness the ideas of growing and adapting together, building a common future project, and being committed even when there are different rhythms of change. One example is the following dialogue:

The aspect that I find most important is that we learn a lot with each other. Both of us have grown with this relationship, we have learned how to conform to each other, to adapt (M). I think the word that fits perfectly is growth. I think I have grown a lot, since day one till today, we have grown so much (F).

*Friends.* According to the participants, friends can serve as an audience for the couple's identity in a way they validate and support their relationship. Three couples found this special and felt quite happy being a couple when together with friends.

*General praises and pride.* Certainly all themes relate transversally to praising one's relationship, but included here are the references to being happy or feeling proud of the couple they are, in general, as one female respondent said: *I think we have grown with the belief that we can look back and have a sense of pride in the relationship we have.*

*God and faith.* Only mentioned by one couple, this domain was described as a source of approval and blessing in the relationship and a bonding and central aspect of their story.

### **Discussion**

The goal of this study was to increase understanding of dating couples' perspectives on their relationships and anticipated marital needs in order to improve premarital program design. Therefore twenty young couples were questioned about the challenges of marital life that should be included in premarital programs as well as about their relationship strengths. Due to the study's qualitative and exploratory nature and limitations presented below, the discussion and implications that follow should be considered with caution and seen in a context of a desire to provide new thoughts for further debate.

Overall, the themes mentioned in response to both questions offer a comprehensive picture of the most meaningful dimensions for young dating couples, regarding their anticipated marital needs and relationship strengths. They integrate relational processes and individual

issues, as well as contextual dimensions and life events and changes, as several authors' suggest (Halford, 2011; Holman, 2001). There is a clear concern over communication issues, consistent with most programs that focus on communication and conflict resolution skills (Halford & Bodenmann, 2013; Stanley, Amato, Johnson, & Markman, 2006) as well as an emphasis on a need to intentionally invest in the relationship and make compromises, supporting the more recent focus and progressive inclusion of dimensions such as commitment and sacrifice (Fincham, Stanley, & Beach, 2007).

Nonetheless, couples responses allow us to see gaps in their anticipated needs as well as relevant insights for enriching programs and making them more appealing for potential participants. Therefore, both the themes most and least (or not at all) referenced require consideration, as the first reflect the most salient dimensions of couples' experiences and their expectations if they were to participate in a premarital program, and the second alert us to shortcomings in their awareness regarding marital life challenges.

**Communication and intimacy:** As said before, couples identify communication as a major dimension in romantic relationships. However, they alert us to the underlying processes that make communication so important, which relate to virtues and values such as honesty and respect (Fowers, 2000), as seen in Q1, as well as its purpose, that is, to build intimacy and friendship (Driver & Gottman, 2004; Gottman & Silver, 1999), as reflected in Q2. Couples also highlight the positives of arguing and discussing difficult issues while conversing how intimate they feel. This can, firstly, be a cultural issue to be considered (Latino populations are known to have more heated arguments). It can also be framed in Gottman's perspective of conflict (1998), that it is inevitable and can be even positive for increasing intimacy, as these couples suggest.

**Togetherness and autonomy:** Although couples stress the need to focus on the partner and the relationship, the tension between the need to compromise or sacrifice for its sake and the assumed valorization of self-fulfillment and individuality are present in the discourses of the couples, as the overarching theme of balance me / you / us tries to grasp. As Amato affirms (2004), marital relationships hold a double promise, of enabling people to achieve both relational intimacy and personal fulfillment. Self-affirmation is very salient in today's society and specifically in emerging adults (Shulman & Connolly, 2013) and although it is a positive development in what concerns personal rights and freedom, it can also be associated with the pursuit of individualist goals regardless of relationship needs (Amato, 2004). So on one hand, this result can sensitize practitioners whose programs often focus primarily on togetherness that autonomy and individuality are dimensions much valued by couples and that balancing them is in fact one of the tasks with more long-term impact on marriages (Kaslow & Robison, 1996; Parker, 2002). On the other hand, it calls out for the necessity to reinforce that personal

needs are also fulfilled when relational and partners' needs are met, and that sometimes it requires putting down some personal demands and taking proactive action in improving the relationship (Fincham et al., 2007). Accordingly, Halford and colleagues (2007), authors of the empirical based relationship education program Couple-Care, have explored and applied the dimension of self-change, pointing to the centrality of couples' ability to invest in their own relationship, starting with each element of the couple. Prevention programs can therefore convey the message that couples can and must have an active role in the construction of their relationships and support them in doing so.

**Knowledge of relationship development, the self and the partner:** This idea also aligns with participants' awareness of marital life demands, when they discuss the need to discuss marital expectations and implications. In fact, research has drawn attention to the relevance of couples' having a developmental perspective of their relationship, including awareness of variations in satisfaction and evolving changes related to parenting, aging and different external changes (Lieser, Tambling, Bischof, & Murry, 2007; Scott et al., 2013). Findings also alert us to couples' expectations that there will be time and opportunities in premarital programs to develop self and mutual knowledge on various issues, such as individual and couple values and future goals. This can be achieved by providing time during sessions or by creating activities that couples can do at home, such as Gottman's love maps and similar exercises (Gottman & Silver, 1999). The fact that children are so rarely mentioned, in opposed to what other studies found, can be understood in light of young adults' tasks and the progressive postponement of child bearing in Western countries (Shulman & Connolly, 2013).

**Practical and work issues:** Although knowing how to talk and discuss is important, the relational context and themes discussed can also be important dimensions to approach in premarital programs (Bradbury & Lavner, 2012). Findings convey the need of reflection and training in the area of money and finances, which was also identified by premarital couples in Williams' study (1992) and very recently in both Epstein, Warfel, Johnson, Smith, and McKinney (2013) study on relevant skills to promote with such couples and Scott's et al. (2013) study with divorced participants. In a current context of economic hardship, young couples expect marital programs to also address these topics if they wish to provide solid support to the challenges that they will most likely face, like unemployment or immigration. Still, it is striking that only one couple mentioned work related issues. In fact, no one discussed the relational impacts of work stress and the importance of coping with it. In Williams (1992) study, the same happened when participants were asked to answer freely about program agenda. However, when asked to select skills from a list, dealing with stress from work was the most mentioned. It seems clear that when questioned about curricula, couples tend to focus more on relational dimensions,

and disregard external issues that research has shown to have a major impact on the relationship as with stress and work (Bodenmann & Shantinath, 2004; Karney & Bradbury, 2005).

**External contexts:** The same seems to apply to family of origin and other social contexts. Although this theme is mentioned by some couples, there does not seem to be a general awareness of the challenges these contexts bring to the start of marital life, specifically dealing with family of origin and the tasks associated, such as creating boundaries and managing different backgrounds (Carter & McGoldrick, 1988). It is relevant to note that all but one couple that mentioned family issues focused on the importance of maintaining positive relationships and not on defining limits or creating autonomy, which is one of the most important tasks of creating the couple's identity (Carter & McGoldrick, 1988). This can be considered within cultural understanding of Latino populations, that normally have a general strong connection with extended family (Snyder et al., 2010). Also, church and faith issues, that were considered to be one out of the five most helpful dimensions by couples that participated in a marriage preparation program (Williams et al., 1999) and are normally valued within Latino groups, were scarcely referenced, possibly because of the secular background assumed in an university research context and also the increasing secularization of Portuguese young adults, a transversal trend in Europe, in a till recently considered Catholic country. Other themes that weren't explicitly mentioned by any participant were jealousy, infidelity and domestic violence, which are often mentioned in other similar studies (Scott et al., 2013; Snyder et al., 2010). These were however implicitly included in frequent mentions to the importance of respect within a marital relationship.

**Emotions and affection:** Interestingly, some issues considered to be the best in a relationship, such as humor and love demonstrations, were not considered relevant as a topic for premarital intervention. It is possible that couples do not think of these dimensions as something one must deal with intentionally, believing they arise spontaneously in a relationship. This can suggest a belief that in a marital relationship one must strive to avoid risks or dangers but that there is no need to develop the positives, perceived as spontaneous. The path that some programs have followed of incorporating a risk *and* protective factors approach is therefore necessary to bring awareness to the importance of not neglecting positives as well as investing intentionally on their preservation and development (Adler-Baeder, Higginbotham, & Lamke, 2004). The same can explain the absence in Q1 of other positive themes stated as strengths, such as friendship and intimacy. An exception is sexuality, which was mentioned by five couples in Q1, related to intimacy issues. Premarital programs can do a better job at including this theme, providing enough time to develop awareness of its relevance and

approaching it openly but sensitively. Lieser et al. (2007) reviewed several of the most well-known relationship programs and although they found some that addressed sexuality, they state:

[S]ome programs do not directly or routinely address matters of sex or sexuality [which] shows a lack of attention to a topic considered of prime importance for most couples. (...) [P]roblems in the sexual life of a committed couple are often paramount and can gravely affect other areas of the relationship. Addressing sexuality in a direct and sensitive way should be part of all relationship education programs (p.379).

Another relevant result is the minor attention given to the emotional dimension, such as showing and reading emotions, giving support, or showing affection. Recent research and intervention models have increasingly pointed out the significance and centrality of positive affect and emotional support, such as in Gottman's work (Driver & Gottman, 2004) and Johnson emotional-focused couple therapy model (Johnson, 2004), so this is a major area in need of programmatic consideration.

### **Final considerations**

Overall, couples gave great emphasis to most valued relational processes as in *communication* and *intimacy* themes, and they discussed sometimes overlooked issues such as sexuality; however they neglected some fundamental emotional aspects like support and emotional expression. They also acknowledged the impact of individual issues, translated, for example, in the *self and mutual knowledge* theme, and brought attention to the need of balancing togetherness and individuality in a relationship. Therefore it is important to develop programs that aim to promote couple's identity and pride, emotional connection, intimacy and a sense of uniqueness in the "we" but also to focus on relationships that support the growth of each individual. In summary, programs that explore processes of relationship development that foster both personal and relationship growth (Hurst, 2005; Kaslow & Robison, 1996). Also discussed was the relevance and meaning of the transition to marital life, and how expectations and maturity are crucial to future marital satisfaction and should be adjusted to integrate and cope with development changes and satisfaction fluctuations. The findings also alert us to the need to better integrate contextual dimensions and life events and changes, as they bear great influence on couples' relationships (Karney & Bradbury, 2005; Neff & Karney, 2004). Developing general life-skills such as money management, being aware of present economic and political context and fostering adequate coping skills and maintaining but also negotiating relationships with family, friends and other systems, instead of focusing largely on communication processes, can be useful adds to program curricula and contribute to program appeal among young adults.

To assess if these themes are in fact relevant for the future quality and satisfaction of young couples' marital relationships will depend on research protocols including variables such as intimacy (both togetherness and autonomy), affection, positive emotions and support, as well as dimensions of values (e.g., respect and commitment), dynamics with external contexts (e.g., boundaries with family of origin) and practical life skills, alongside with the more traditional variables such as communication, conflict and satisfaction in general.

Methodological options surely bring specific limitations to the findings discussed. Care must be taken as the sample is formed mainly by white and highly educated participants, not representative of the Portuguese population. Nonetheless, as a qualitative study, it is not intended to generalize the results but to highlight and discuss participants' points of view and experiences. Regarding the interview format, we believe that the generic content solicited by both analyzed questions overcomes the issues brought up by joint couple interviews (cf. Aquilino, 1993) but future research can focus on individuals instead of couples. This could allow for a more personal exploration of relationship challenges, instead of a general reflection. Also, the fact that both questions were the final ones in a broader interview could explain the sometimes parsimonious answers that didn't allow for a more deep exploration of meanings. Future research could provide more time and emphasis to need's assessment by using lists or activities such as writing down an agenda for the intervention. Finally, it is important to affirm that anticipated needs are only one part of needs assessment and curricula development, which must be combined with more studies on felt needs, for example, developing similar qualitative research with recently married couples.

Despite the limitations, we believe we will be more successful recruiting, retaining and being culturally relevant if we anticipate the needs of young adults, rather than merely reacting to their dissatisfaction or non-adherence. We hope that by giving voice to dating couples, we can contribute both to design and effectively promote premarital prevention programs, valuing the couples' knowledge and experiences throughout the whole program design and practice.

## References

- Adler-Baeder, F., Higginbotham, B., & Lamke, L. (2004). Putting empirical knowledge to work: Linking research and programming on marital quality. *Family Relations, 53*(5), 537-546. doi: 10.1111/j.0197-6664.2004.00063.x
- Amato, P. R. (2004). Tension between institutional and individual views of marriage. *Journal of Marriage and Family, 66*(4), 959-965. doi: 10.2307/3600169
- Antle, B., Sar, B., Christensen, D., Karam, E., Ellers, F., Barbee, A., & van Zyl, M. (2013). The impact of the Within My Reach relationship training on relationship skills and outcomes for low-income individuals. *Journal of Marital And Family Therapy, 39*(3), 346-357. doi: 10.1111/j.1752-0606.2012.00314.x
- Aquilino, W. S. (1993). Effects of spouse presence during the interview on survey responses concerning marriage. *Public Opinion Quarterly, 57*(3), 358-376. doi: 10.1086/269381
- Arnett, J. J. (2001). Conceptions of the transition to adulthood: Perspectives from adolescence through midlife. *Journal of Adult Development, 8*(2), 133-143.
- Bodenmann, G., & Shantinath, S. D. (2004). The Couples Coping Enhancement Training (CCET): A new approach to prevention of marital distress based upon stress and coping. *Family Relations, 53*(5), 477-484. doi: 10.1111/j.0197-6664.2004.00056.x
- Bradbury, T. N., Fincham, F. D., & Beach, S. R. H. (2000). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review. *Journal of Marriage and Family, 62*(4), 964-980. doi: 10.1111/j.1741-3737.2000.00964.x
- Bradbury, T. N., & Karney, B. R. (2004). Understanding and altering the longitudinal course of marriage. *Journal of Marriage and Family, 66*, 862-879. doi: 10.1111/j.0022-2445.2004.00059.x
- Bradbury, T. N., & Lavner, J. A. (2012). How can we improve preventive and educational interventions for intimate relationships? *Behavior Therapy, 43*(1), 113-122. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.beth.2011.02.008>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology, 3*(2), 77-101. doi: 10.1191/1478088706qp063oa
- Carroll, J. S., & Doherty, W. J. (2003). Evaluating the effectiveness of premarital prevention programs: A meta-analytic review of outcome research. *Family Relations, 52*(2), 105-118. doi: 10.1111/j.1741-3729.2003.00105.x
- Carter, B., & McGoldrick, M. (1988). *The changing family life cycle: A framework for family therapy* (2nd ed.). New York, NY, US: Gardner Press.

- Clements, M. L., Stanley, S. M., & Markman, H. J. (2004). Before they said 'I do': Discriminating among marital outcomes over 13 years. *Journal of Marriage and Family, 66*(3), 613-626. doi: 10.1111/j.0022-2445.2004.00041.x
- Collins, W. A., & van Dulmen, M. (2006). Friendships and romance in emerging adulthood: Assessing distinctiveness in close relationships. In J. J. Arnett & J. L. Tanner (Eds.), *Emerging adults in America: Coming of age in the 21st century*. (pp. 219-234). Washington, DC US: American Psychological Association.
- Driver, J. L., & Gottman, J. M. (2004). Daily marital interactions and positive affect during marital conflict among newlywed couples. *Family Process, 43*(3), 301-314. doi: 10.1111/j.1545-5300.2004.00024.x
- Epstein, R., Warfel, R., Johnson, J., Smith, R., & McKinney, P. (2013). Which relationship skills count most? *Journal of Couple & Relationship Therapy, 12*(4), 297-313. doi: 10.1080/15332691.2013.836047
- Fincham, F. D., Stanley, S. M., & Beach, S. R. H. (2007). Transformative processes in marriage: An analysis of emerging trends. *Journal of Marriage and Family, 69*(2), 275-292. doi: 10.1111/j.1741-3737.2007.00362.x
- Fowers, B. J. (2000). *Beyond the myth of marital happiness: How embracing the virtues of loyalty, generosity, justice, and courage can strengthen your relationship*. San Francisco, CA, US: Jossey-Bass.
- Fowers, B. J., Veingrad, M., & Dominicis, C. (2002). The unbearable lightness of positive illusions: Engaged individuals' explanations of unrealistically positive relationship perceptions. *Journal of Marriage and Family, 64*(2), 450-460. doi: 10.1111/j.1741-3737.2002.00450.x
- Gottman, J. M., Carrère, S., Swanson, C., & Coan, J. A. (2000). Reply to 'From basic research to interventions.'. *Journal of Marriage and Family, 62*(1), 265-273. doi: 10.1111/j.1741-3737.2000.00265.x
- Gottman, J. M., Coan, J., Carrere, S., & Swanson, C. (1998). Predicting marital happiness and stability from newlywed interactions. *Journal of Marriage & Family, 60*, 5-22.
- Gottman, J. M., & Notarius, C. I. (2002). Marital research in the 20th century and a research agenda for the 21st century. *Family Process, 41*(2), 159-197. doi: 10.1111/j.1545-5300.2002.41203.x
- Gottman, J. M., & Silver, N. (1999). *The seven principles for making marriage work*. New York: Three Rivers Press.
- Hage, S. M., Romano, J. L., Conyne, R. K., Kenny, M., Matthews, C., Schwartz, J. P., & Waldo, M. (2007). Best practice guidelines on prevention practice, research, training, and social



- advocacy for psychologists. *The Counseling Psychologist*, 35(4), 493-566. doi: 10.1177/0011000006291411
- Halford, W. K. (2011). *Marriage and relationship education: What works and how to provide it*. New York: Guilford Publications.
- Halford, W. K., & Bodenmann, G. (2013). Effects of relationship education on maintenance of couple relationship satisfaction. *Clinical Psychology Review*, 33(4), 512-525. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.cpr.2013.02.001>
- Halford, W. K., Lizzio, A., Wilson, K. L., & Occhipinti, S. (2007). Does working at your marriage help? Couple relationship self-regulation and satisfaction in the first 4 years of marriage. *Journal of Family Psychology*, 21(2), 185-194. doi: 10.1037/0893-3200.21.2.185
- Halford, W. K., O'Donnell, C., Lizzio, A., & Wilson, K. L. (2006). Do couples at high risk of relationship problems attend premarriage education? *Journal of Family Psychology*, 20(1), 160-163. doi: 10.1037/0893-3200.20.1.160
- Halford, W. K., & Snyder, D. K. (2012). Universal processes and common factors in couple therapy and relationship education: Guest editors: W. Kim Halford and Douglas K. Snyder. *Behavior Therapy*, 43(1), 1-12. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.beth.2011.01.007>
- Harway, M., Kadin, S., Gottlieb, M. C., Nutt, R. L., & Celano, M. (2012). Family psychology and systemic approaches: Working effectively in a variety of contexts. *Professional Psychology: Research and Practice*, 43(4), 315-327. doi: 10.1037/a0029134
- Hawkins, A. J., Stanley, S. M., Blanchard, V. L., & Albright, M. (2012). Exploring programmatic moderators of the effectiveness of marriage and relationship education programs: A meta-analytic study. *Behavior Therapy*, 43(1), 77-87. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.beth.2010.12.006>
- Hicks, M. W., McWey, L. M., Benson, K. E., & West, S. H. (2004). Using what premarital couples already know to inform marriage education: Integration of a gottman model perspective. *Contemporary Family Therapy: An International Journal*, 26(1), 97-113. doi: 10.1023/B:COFT.0000016915.27368.0b
- Holman, T. B. (2001). *Premarital prediction of marital quality or breakup: Research, theory and practice*. New York: Springer.
- Hurst, N. (2005). Marriages that Promote Growth. *Marriage & Family Review*, 37(3), 47-71. doi: 10.1300/J002v37n03\_04
- Jamison, T. B., & Ganong, L. (2011). "We're not living together": Stayover relationships among college-educated emerging adults. *Journal of Social and Personal Relationships*, 28(4), 536-557. doi: 10.1177/0265407510384897

- Johnson, S. M. (2004). *The practice of emotionally focused couple therapy: Creating connection* (2nd ed.). New York: Brunner-Routledge.
- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (2005). Contextual influences on marriage: Implications for policy and intervention. *Current Directions in Psychological Science, 14*(4), 171-174. doi: 10.1111/j.0963-7214.2005.00358.x
- Kaslow, F., & Robison, J. A. (1996). Long-term satisfying marriages: Perceptions of contributing factors. *American Journal of Family Therapy, 24*(2), 153-170. doi: 10.1080/01926189608251028
- Larson, J. H. (2004). Innovations in marriage education: Introduction and challenges. *Family Relations, 53*(5), 421-424. doi: 10.1111/j.0197-6664.2004.00049.x
- Lieser, M. L., Tambling, R. B., Bischof, G. H., & Murry, N. (2007). Inclusion of sexuality in relationship education programs. *The Family Journal, 15*(4), 374-380. doi: 10.1177/1066480707304948
- Markman, H. J., & Rhoades, G. K. (2012). Relationship education research: Current status and future directions. *Journal of Marital And Family Therapy, 38*(1), 169-200. doi: 10.1111/j.1752-0606.2011.00247.x
- Markman, H. J., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., & Peterson, K. M. (2013). A randomized clinical trial of the effectiveness of premarital intervention: Moderators of divorce outcomes. *Journal of Family Psychology, 27*(1), 165-172. doi: 10.1037/a0031134
- Morris, M. L., McMillan, H. S., Duncan, S. F., & Larson, J. H. (2011). Who will attend? Characteristics of couples and individuals in marriage education. *Marriage & Family Review, 47*(1), 1-22. doi: 10.1080/01494929.2011.558463
- Murray, C. E. (2005). Prevention work: A professional responsibility for marriage and family counselors. *The Family Journal, 13*(1), 27-34. doi: 10.1177/1066480704269179
- Murray, C. E., & Murray Jr., T. L. (2004). Solution-focused premarital counseling: Helping couples build a vision for their marriage. *Journal of Marital And Family Therapy, 30*(3), 349-358. doi: 10.1111/j.1752-0606.2004.tb01245.x
- Neff, L. A., & Karney, B. R. (2004). How does context affect intimate relationships? Linking external stress and cognitive processes within marriage. *Personality and Social Psychology Bulletin, 30*(2), 134-148. doi: 10.1177/0146167203255984
- Olson, D. H., Larson, P. J., & Olson-Sigg, A. (2009). Couple Checkup: Tuning Up Relationships. *Journal of Couple & Relationship Therapy, 8*(2), 129-142. doi: 10.1080/15332690902813810
- Parker, R. (2002). *Why marriages last: A discussion of the literature*. Melbourne, Australia: Australian Institute of Family Studies - Commonwealth of Australia.

- QSR. (2012). NVivo qualitative data analysis software (Version 10): QSR International Pty Ltd.
- Rogge, R. D., Cobb, R. J., Lawrence, E., Johnson, M. D., & Bradbury, T. N. (2013). Is skills training necessary for the primary prevention of marital distress and dissolution? A 3-year experimental study of three interventions. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 81*(6), 949-961. doi: 10.1037/a0034209
- Scott, S. B., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., Allen, E. S., & Markman, H. J. (2013). Reasons for divorce and recollections of premarital intervention: Implications for improving relationship education. *Couple and Family Psychology: Research and Practice, 2*(2), 131-145. doi: 10.1037/a0032025
- Shulman, S., & Connolly, J. (2013). The challenge of romantic relationships in emerging adulthood: Reconceptualization of the field. *Emerging Adulthood, 1*(1), 27-39. doi: 10.1177/2167696812467330
- Silliman, B., Schumm, W. R., & Jurich, A. P. (1992). Young adults' preferences for premarital preparation program designs: An exploratory study. *Contemporary Family Therapy, 14*(1), 89-100. doi: 10.1007/BF00891751
- Snyder, I. B., Duncan, S. F., & Larson, J. H. (2010). Assessing perceived marriage education needs and interests among Latinos in a select Western community. *Journal of Comparative Family Studies, 41*(3), 347-367.
- Stanley, S. M., Amato, P. R., Johnson, C. A., & Markman, H. J. (2006). Premarital education, marital quality, and marital stability: Findings from a large, random household survey. *Journal of Family Psychology, 20*(1), 117-126. doi: 10.1037/0893-3200.20.1.117
- Stanley, S. M., Bradbury, T. N., & Markman, H. J. (2000). Structural flaws in the bridge from basic research on marriage to interventions for couples. *Journal of Marriage and Family, 62*(1), 256-264. doi: 10.1111/j.1741-3737.2000.00256.x
- Stanley, S. M., Rhoades, G. K., & Fincham, F. D. (2011). Understanding romantic relationships among emerging adults: The significant roles of cohabitation and ambiguity. In F. D. Fincham & M. Cui (Eds.), *Romantic Relationships in Emerging Adulthood*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Stanley, S. M., Rhoades, G. K., Olmos-Gallo, P., & Markman, H. (2007). Mechanisms of change in a cognitive behavioral couples prevention program: Does being naughty or nice matter? *Prevention Science, 8*(3), 227-239. doi: 10.1007/s11121-007-0071-8
- Stanton, M., & Welsh, R. (2012). Systemic thinking in couple and family psychology research and practice. *Couple and Family Psychology: Research and Practice, 1*(1), 14-30. doi: 10.1037/a0027461

- Sullivan, K. T., & Anderson, C. (2002). Recruitment of engaged couples for premarital counseling: An empirical examination of the importance of program characteristics and topics to potential participants. *The Family Journal, 10*(4), 388-397. doi: 10.1177/106648002236757
- Valiente, C. E., Belanger, C. J., & Estrada, A. U. (2002). Helpful and harmful expectations of premarital interventions. *Journal of Sex & Marital Therapy, 28*(1), 71-77. doi: 10.1080/009262302317251034
- Wadsworth, M. E., & Markman, H. J. (2012). Where's the action? Understanding what works and why in relationship education. *Behavior Therapy, 43*(1), 99-112. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.beth.2011.01.006>
- Williams, L. M. (1992). Premarital counseling: A needs assessment among engaged individuals. *Contemporary Family Therapy, 14*, 505-518. doi: 10.1007/BF00892197
- Williams, L. M., Riley, L. A., & Dyke, D. T. V. (1999). An empirical approach to designing marriage preparation programs. *American Journal of Family Therapy, 27*(3), 271-283. doi: 10.1080/019261899261970
- Williamson, H. C., Trail, T. E., Bradbury, T. N., & Karney, B. R. (2014). Does premarital education decrease or increase couples' later help-seeking? *Journal of Family Psychology, 28*(1), 112-117. doi: 10.1037/a0034984

## Artigo 6: Contextual challenges and resources of young adult dating couples<sup>41</sup>

---

<sup>41</sup> Monteiro, A. P., Coutinho, C., & Ribeiro, M. T. Contextual challenges and resources of young adult dating couples. Manuscrito re-submetido a publicação a Julho de 2014.



## **Contextual Challenges and Resources of Young Adult Dating Couples**

### **Abstract**

This study aims to explore the perceived impact of contextual factors on young adult dating relationships. The dimensions discussed were based on the Couple's Resource Map (Murray & Murray Jr., 2004) and consisted of: community organizations, family life professionals (FLP), economic and political context (EPC), career, extended social network, friends and family. Interviews with 20 couples were coded through thematic analyses, distinguishing Resources, Challenges or Indifferent/Unavailable dimensions, and specific impact. Friends and family were most mentioned as Resources (e.g., approving the partner), while Challenges were clearly related to career and EPC (e.g., personal stress, blocking relational development). FLP and community were the dimensions most perceived as Indifferent. Implications for practice are discussed.

Keywords: Contextual factors, Resources, Challenges, Couple's Resource Map, Dating relationships, Young adults, Qualitative methodology

### **Contextual Challenges and Resources of Young Adult Dating Relationships**

Ecosystemic models have long highlighted the fundamental role of contextual factors on human, family and specifically couples' relationships (Bronfenbrenner, 1986; Larson & Holman, 1994). Still most research on intimate relationships has mainly focused on interactional processes within the couple, such as communication and conflict resolution, leaving the area of contextual resources and challenges still underexplored. This is particularly observed in cognitive-behavioral models and deriving interventions, which has resulted in clinical and preventive practices that tend to detach couples from their settings and social connections, with consequent shortcomings in their efficacy (Bradbury & Karney, 2004; Neff & Karney, 2004). Contrariwise, interventions that acknowledge contextual dimensions "may prove more effective than interventions addressing communication skills alone" (Karney & Bradbury, 2005, p. 173).

The purpose of this study is to contribute to the clarification of the influence of contextual factors on couples' relationships in their initial developmental phase and thus provide insights to further research and the improvement of intervention practices in general. It also explores the use of the *Couple's Resource Map* (CRM; Christine E. Murray & Murray Jr., 2004) in a research context, beyond its applications to intervention.

#### **Couples' relational development and contextual factors**

The couple's formation marks the start of the family life cycle, usually corresponding to the emerging adulthood phase (Arnett, 2001), and it develops throughout premarital and early-marital years (Carter & McGoldrick, 1988). In fact, if marriage used to signal the beginning of marital life, this transition is increasingly more vague and prolonged in time, in an intricate confluence of relational ambiguity with the rise of stayovers and cohabitation with and without future relational plans, fewer rituals, greater dependence upon families of origin to compensate lack of financial independence and increasing social and economic difficulties (Arnett, 2001; Jamison & Ganong, 2011; Rusconi, 2004; Stanley, Rhoades, & Fincham, 2011). Thus, if already considered a challenging transition, the couple's formation seems nowadays even more complex (McGoldrick & Shibusawa, 2012; Stanley et al., 2011). In fact, the consolidation of the couple's identity, the sense of we-ness or belonging as mentioned by Minuchin (1974), implies not only developmental changes in each element of the couple but a balance between the needs of the relationship and the external solicitations and challenges, such as family of origin, social network, careers and extended community (Carter & McGoldrick, 1988; Niehuis, Huston, & Rosenband, 2006). It becomes clear that, although interactional processes are fundamental to couples' well-being, the more external dimensions play a major role in couples' identity formation, validating and supporting the couple but also threatening it, probably more now than ever.



Karney and Bradbury (2005) highlight two mechanisms through which external contexts may constrain a marriage: one is that some environments are a burden in themselves, as they provide less sources of support and more challenges to the couple; the other is that even skilled couples will struggle in their marriage when external challenges are relatively high. For example, research has highlighted that,

stressful life events (such as unemployment, work stress, arguments with coworkers, problems with in-laws, discrimination) are associated with poorer observed problem-solving (e.g., Cohan & Bradbury, 1997) and that economic pressure and strain increase conflict and hostility while reducing warmth and supportiveness (e.g., Conger et al., 1990; Conger, Rueter, & Elder, 1999; for a review, see Story & Bradbury, 2004). Even neighborhood characteristics appear to matter (Williamson, Karney, & Bradbury, 2013, p. 66).

Still, “despite growing recognition that couples’ interpersonal processes may be governed by a host of relatively distal factors, the unique and independent contributions of these factors remain unclear” (Williamson et al., 2013, p. 66). There is also a lack of knowledge on the association between resources available to couples and the challenges they confront (Bradbury & Karney, 2004).

The clarification of these contributions is increasingly relevant as research has shown that it is possible to act preventively on several variables, including contextual ones, in the initial relational phase and have a long-term positive impact in the marital relationship (Bradbury & Karney, 2004; Clements, Stanley, & Markman, 2004; Halford, 2011; Holman, 2001; Larson & Holman, 1994). In this regard, Larson and Holman (1994) developed an extensive review of research on premarital factors associated with later marital quality and stability. Alongside with individual and relational variables, they highlighted the importance of background and contextual factors, which were organized in three subgroups: family of origin effects (e.g., parental divorce), sociocultural factors (e.g., education and ethnicity), and current contexts (Larson & Holman, 1994). This last group, related to present contexts, includes all sources of current support or pressures such as friends, work, family and political or economic circumstances. It has the ability to constrain or limit the couple’s relationship development but can also challenge the couple into deeper connection and resilience (Karney & Bradbury, 2005; Walsh, 2002). Moreover, these systems can be fundamental resources, providing opportunities for growth to the couple system as well as emotional, material and other forms of support. In fact, external resources, when perceived by couples as available and reliable, can be of great strength to couples as they draw on these areas to aid them in dealing with a wide range of problems that may arise along their relationships (Christine E. Murray & Murray Jr., 2004).

### **Strengths-based approaches and the Couple's Resource Map**

It is widely accepted by marital and family practitioners that both assessment and intervention phases should focus not only on deficits and problems but also on clients' strengths and resources. Ecosystemic approaches have integrated and applied several models that promote such understanding, such as family resilience models (Walsh, 2002) and solution-focused therapy (Molnar & de Shazer, 1987).

It was in an article applying the solution-focused model to premarital counseling that Murray presented the CRM (see Figure 1), a pictorial qualitative tool that assesses couples' perceived support from personal, relationship and contextual resources (Christine E. Murray & Murray Jr., 2004).. Each dimension, represented in a circle, is explained and each individual paints all of them according to a color scale, ranging from *A lot of support* to *Takes support away*. By the coloring of each circle, the CRM provides a global visual representation of the couple's resources, which serves as a starting point to discussing each of them. It can be used both as an assessment and intervention technique, and although it was designed for preventive interventions such as premarital counseling, we believe it to be applicable other practices (e.g., parental education, couple and family therapy). On one hand, it can be used by the therapist to assess a wide range of relevant dimensions, from individual and relational to contextual influences, providing a comprehensive picture of couples' resources and challenges and signaling needs of intervention. On the other hand, it promotes increasing awareness in couples themselves, as they are faced with the scope of possible influences and gain insights on their standing regarding the several spheres, while they are also challenged to share their perhaps different perspectives and work toward an integrated view of their resources and vulnerabilities. It can also be used, as in this study, as a visual stimulus to discuss these several dimensions in research settings.

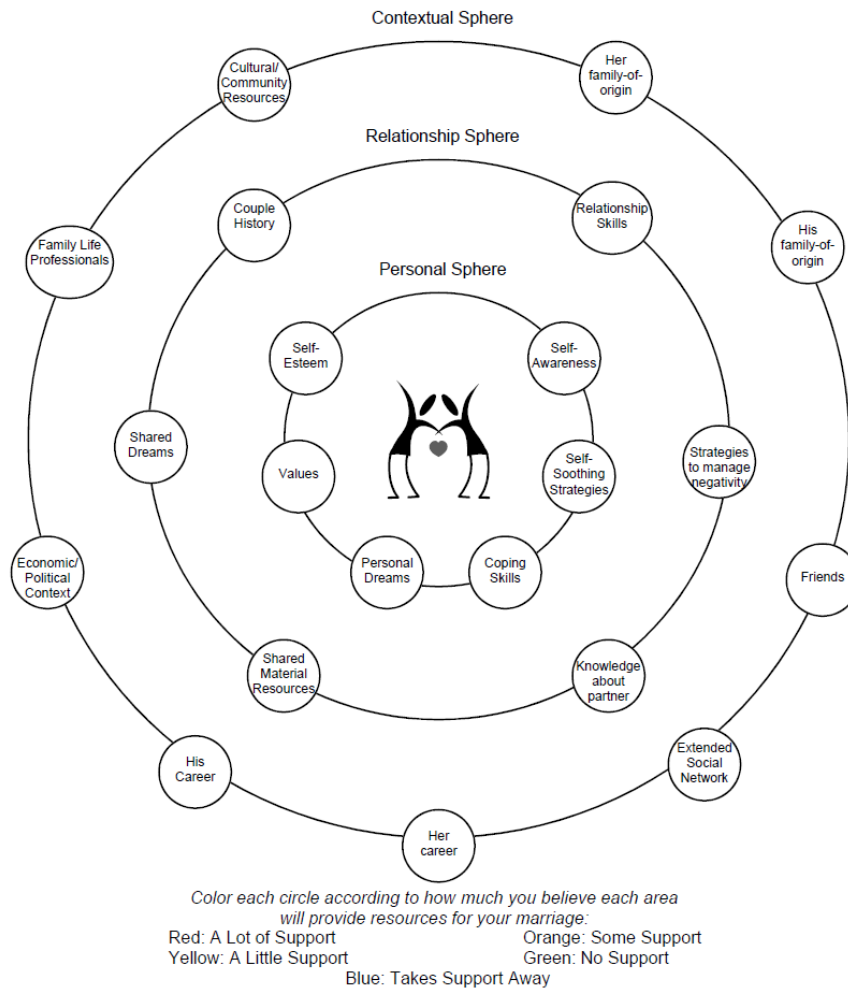


Figure 1. Couple Resource Map, reprinted with permission by Murray & Murray Jr. (2004)

The CRM's organization closely follows Larson and Holman's three dimensional model (Larson & Holman, 1994), differentiating individual, relational and contextual spheres. However, this last sphere consists specifically of the current contexts, one of Larson's contextual sub-groups, mentioned above. The dimensions included are then: cultural and community organizations/groups, family life professionals, economic and political context, career, extended social network, friends and family of origin.

The aim of this study is to contribute with qualitative and exploratory data to the understanding of the general role that dating couples consider contextual factors to currently have or anticipate will have on their relationships; and of each dimension's unique way of challenging or supporting the relationship.

#### Portuguese young couples: a brief characterization

As this study was developed with Portuguese couples, a brief characterization is in order. As there are not many studies regarding dating relationships' normative or non-clinical

experiences, most indicators are derived from socio-demographic information related to young people in general or cohabitating and marital relationships. Geographically a southern European country, Portugal has experienced sociocultural rapid changes that have moved it toward characteristics similar to those of central European countries. Once closely related to Catholic religion and traditional families and roles, the new generations have preconized a major social shift, characterized by increasing secularization, as seen, for example, in the decline of marriage, and specifically religious ceremonies: these represented 62.5% of weddings in 2001 and are now only 38% (Observatório, 2013). Also, as seen in most western countries, cohabiting and civil unions have reached normative levels, with near 50% of marriages preceded by a period of cohabitation (Observatório, 2013). People marry increasingly later (29.5 and 31 years old, for women and men, respectively) and divorce rates are among the highest in Europe. Still, the family unit is highly valued by Portuguese, as their culture is highly associated with a collectivist orientation. Also, economic recession has brought about a deep social and economic crisis with severe implications among young adults. Youth unemployment rates are near 40% and many have precarious jobs. Most young people live with their parents, but are considered to “enjoy complete freedom, understanding, affection and help without being confronted with the feeling of being controlled by their parents” (DG Research European Commission, 2007, p. 13). Finally, since the 1960s, women have outpaced men in higher education and 89% of women between 25 and 34 years old are actively involved in the market place, and consequently the majority of couples are dual-earners.

### **Method**

To understand contextual dimensions’ impact, we conducted joint interviews with committed dating couples, using the Couple’s Resource Map to elicit their diverse areas of influence. This exploratory study was part of a larger project that addressed couples’ stories and characteristics in order to gain a larger comprehension of their experiences, from relational to external dimensions, and therefore inform practice.

### **Participants**

Participants were selected by convenience and snow-ball effect methods and criteria for inclusion were age, aiming at young adults (ages ranging from 18 to 28 years old) and relationship status, as participants had to be in a committed noncohabiting dating relationship of more than six months. Engaged couples weren’t specifically recruited as occasional and stable cohabitation are increasingly common before marriage (Jamison & Ganong, 2011).

Twenty heterosexual couples ( $N = 40$ ) were interviewed, with an average age of nearly 23 years ( $M = 22.63$ ;  $SD = 2.71$ ). All were in a committed dating relationship, from seven months to 10 years of duration ( $M = 3$ ); three couples were dating for less than one year, seven for one to

two years, five couples were dating for three to four years and five other for five or more years. One participant was expecting a child from a previous relationship. All participants were Portuguese and self-reported as Caucasian/white, and most lived with their families (92.5%). 55% were college students and 42% worked (of these, only three participants didn't have a college degree). Regarding their religious beliefs and practices, 42% considered themselves practicing Christians, 15% non-practicing Christians and 35% had no religious belief (three participants didn't answer). Regarding future marriage plans, the majority mentioned having talked about the issue but with no specific plan, three couples had a set wedding date, two couples said marriage was not a desired marital arrangement, and one couple said they hadn't discussed the topic.

### **Instrument**

A semi-structured joint interview was developed in the context of a broader research concerning couples' relationships, their story, future plans and challenges and resources (average duration of two hours). In order to explore the contextual dimension we used Murray's *Couple's Resource Map* (Christine E. Murray & Murray Jr., 2004), as described above. In this study, participants were provided with two handouts and colored pencils and were asked to complete the task individually. After they completed the task, participants' choices were discussed with the interviewer that guided them through the individual, relational and contextual dimensions. For the context of this article, only the discussion surrounding the contextual sphere was analyzed, which integrates the following topics: cultural and community resources, family life professionals, economic and political context, career, extended social network, friends and family of origin.

A sociodemographic questionnaire was also administered, which included questions regarding relationship issues, such as duration, status, and future marriage plans.

### **Procedure**

The interviews took place mainly at the university facilities of the authors, and occasionally at one of the participant's homes. Both members of the couple were present. The main goals and characteristics of the research were presented and verbal and written consent was given by the couple. Interviews were recorded, transcribed verbatim and imported to software QSR NVivo10 (QSR, 2012).

### **Analysis**

The interviews were subjected to a thematic analyses (Braun & Clarke, 2006), at a couple level, as in each couple corresponded to a case. Units of meaning could therefore correspond to one participant's discourse or to a couple's dialogue, when the same meaning was being conveyed. Deductive and inductive movements were dynamically articulated during

the coding process through the deductive identification of meaning units regarding each theme included in the CRM while allowing for themes to emerge inductively from the data (Fereday & Muir-Cochrane, 2006). Firstly, this process was naturally structured around the contextual topics described above, according to the CRM's organization, which led to the creation of seven major categories (e.g., *Family* and *Career*), under the overarching theme *Contextual Dimensions*. Each meaning unit, i.e., each reference was coded under the respective topic, and sometimes subcategories were created in order to clarify specific types of resources (e.g., when discussing family life professionals, participants mentioned psychologists/psychiatrists, doctors and religious counselors, so three subcategories were defined respectively). Secondly, the task characteristics and consequently the resulting data also required a coding specifying participants' evaluation of each dimension, resulting in a second theme, *Perception*, with three major categories: *Resource*, *Challenge*, and *Indifferent or Unavailable*. The color labels used in the CRM were not used to define *Perception* categories, as participants changed and synthesized their individual assessment as they discussed their choices with the interviewer and partner. The type of support or negative impact perceived was also coded in specific subcategories. Often the same meaning unit could be coded in two or more specific categories. In summary, each reference was coded in the respective contextual dimension and also in its perceived value and impact on the relationship, which allowed for matrix coding queries. To ensure for the quality of the analysis, coding was done independently by the first two authors, who met regularly together and with the third author to compare and discuss memos and coding decisions, until consensus was reached.

### **Results**

The structure of the CRM led to the formation of seven t, under the main theme of *Contextual Dimensions* – Community resources, Family life professionals (FLP), Economic and political context (EPC), Career, Extended social network, Friends and Family of origin –, and the couples' assessments of each area were organized into a second main theme, *Perception*, divided into three categories: Resource, Challenge or Indifferent / Unavailable. Within each of these, several themes emerged according to the specific types of influence perceived. The complete category tree can be seen in Table 1, which is organized according to the number of couples that mentioned each theme.

Table 1. *Contextual dimensions and their perceived impact on the couple, ordered by number of couples (in brackets)*

| Contextual Dimensions          | Perception     | Type of support or challenge   |
|--------------------------------|----------------|--|
| Career                         | Challenge (16) | Less time  |
|                                |                | Causes personal problems<br>Takes support away from other dimensions (less money and practical support for goals)<br>Causes insecurities<br>Opens future possibilities (+)   |
|                                | Resource (15)  | Personal support (well-being and fulfilment)<br>Brings the couple closer together<br>Provides practical or material support<br>Stability, security and flexibility<br>Provides opportunities for the partner to show support<br>General / No specification<br>Sensible and caring people |
|                                |                | Indifferent (3)  |
| Community resources            | Resource (10)  | General / No specification<br>Brings the couple closer together<br>Personal support  |
|                                |                | Indifferent (9)  |
|                                | Challenge (2)  | Less time  |
| Economic and political context | Challenge (15) | Takes support away from other dimensions (less money and practical support; less jobs opportunities; emigration)<br>General / No specification<br>Blocks relational development  |
|                                |                | Indifferent (5)  |
|                                | Resource (1)   | General / No specification   |
| Family                         | Resource (17)  | General / No specification<br>Acceptance and respect for the other and the couple<br>Provides different perspectives or advices  |
|                                |                | Indifferent (6)  |
|                                | Challenge (4)  | No support, validation or respect  |
| FLP                            | Resource (18)  | General / No specification   |

|                |                              |   |
|----------------|------------------------------|---|
|                |                              | Small chance or last resource                       |
|                |                              | Personal support                                    |
|                |                              | Provides different perspectives or advices          |
|                | Indifferent (13)             | General / No specification                          |
|                |                              | Expensive and selective                             |
|                |                              | Not well seen                                       |
| Friends        | Resource (19)                | General / No specification                          |
|                |                              | Provides different perspectives or advices          |
|                |                              | Provides practical or material support              |
|                |                              | Acceptance and respect for the other and the couple |
|                | Challenge (4; not in common) | No support, validation or respect                   |
|                |                              | Don't share same values                             |
|                | Indifferent (4)              | General / No specification                          |
|                |                              | Involvement not well seen                           |
| Social Network | Resource (12)                | General / No specification                          |
|                |                              | Acceptance and respect for the other and the couple |
|                | Indifferent (11)             | General / No specification                          |
|                |                              | Involvement not well seen                           |
|                | Challenge (2)                | No support, validation or respect                   |

### General Perception of Contextual Dimensions

Almost every context was coded in all three *Perception* categories, with the exception of FLP that was never considered a Challenge. Nevertheless, some contextual factors were clearly more frequently associated with one of the three while others were clearly more complex and ambivalent.

The categories most mentioned as Resources were Friends and Family, and more than half the couples considered that Career and Social Network were also a source of support. The Challenges were clearly related to Career and EPC. Although normally also considered a resource, FLP, Community and Social Network were the dimensions most perceived as Indifferent or Unavailable.

The most ambivalent dimensions were firstly Career, frequently combining categories of resource and challenge, and then Community resources and FLP, mentioned both as resources and as indifferent.

### Types of Perceived Influence

Naturally, couples reported several ways by which contextual dimensions could impact the relationship, which translated into different process-oriented categories within support,



challenge and indifference areas. These are presented below, ordered by number of couples (cases) that mentioned each category (more cases to fewer cases).

*Resources.* A dimension could be a source of support by: giving general support; providing personal support with relational positive consequences (e.g., working through personal issues in therapy); showing acceptance and respect for the other and the couple; bringing them together as they spent time together, shared and got to know each other better; providing different or new perspectives and advices; offering practical or material support; allowing for stability and flexibility (e.g., work conditions); providing opportunities for the partner to show support and appreciation; and being sensible and caring (e.g., an understanding supervisor). Also coded in the theme Resource, were the references that expressed that, although an area could be viewed as supportive, participants considered it to be a last resource (subcategory, Small chance or last resource).

*Challenges.* As with the resources theme, contextual dimensions were perceived as barriers or challenges to the couple's relationship in distinct ways. These areas could: take support away from other areas, like financial and practical resources and job opportunities; be so consuming that they left little time for the couple to be together; be contexts that didn't support or validate the couple and that excluded or disrespected one element of the couple; cause personal problems such as stress and personal dissatisfaction with relational negative consequences; block relational development and dreams, such as marriage and children; cause insecurities regarding future conditions; and be absent. However, as they clearly stated that they had a negative connotation, some couples pointed out positive impacts of these challenges, specifically that they could open future possibilities and also that they provided opportunities to develop relational skills and to create memories that enriched the couples' story, as they overcame hardships together.

*Indifferent / Unavailable.* In this third group were included all references that related to a dimension being perceived as not having impact or not being even considered relevant by the couple. They were coded into four categories: indifferent in general; expensive and selective; distant or problematic; and those which influence was not well seen at all, i.e., was unwelcome.

### **Types of Perceived Influence by Contextual Dimensions**

Besides general ways of impacting the relationship, each context was relevant to the participants in distinct ways. Qualitative elaborations by participants are included as examples of main themes. Names were omitted and the code number attributed to each couple is found in brackets.

*Career.* Regarding career issues, couples saw them as a resource as they recognized the need, relevance and also benefits of having a job or an education, mainly on personal well-being

and fulfillment. Their careers also provided opportunities for participants to become closer as a couple, as they spent time together, doing activities and helping one another, with projects they needed to complete at home (e.g., formatting documents in a computer). However this was one of the dimensions most mentioned as a challenge to the relationship. Because of their jobs and studies participants found themselves frequently dealing with stress at a personal level, and having little time left for the relationship. Also the instability of the work arrangements, due mainly to the absence of permanent labor contracts, was found to be a constant worry, with practical consequences, as a female respondent affirmed: “*Well, although I have a good work environment, I have a precarious contract and that means that I won’t have the benefits I should, such as a maternity leave or the right to a certain amount of holidays.*” (#11).

*Community Resources.* When asked about their community involvement, almost half of the couples found it to be indifferent or inexistent, but several were part of diverse groups and projects, such as sports clubs, church activities and volunteer projects, charities or scouts. The participation in such activities was considered to provide general support and bring the couple closer together. One couple described the enthusiasm of being involved in church classes for children (where the male respondent occasionally helped), in this way:

(F) It is really good for me to be a part of the team and when he picks me up I share with him everything that happened. (M) Yes, and even I get really excited when I go there. (F) I think it’s a good thing for us (...) in one way or another we already share this but there is a big possibility of him becoming part of the team so we can be more in this together! (#20).

This dimension was considered a challenge only by two couples and specifically when only one element of the couple participated, creating complaints of lack of time for the relationship.

*Economic and political context.* The current EPC<sup>42</sup> was certainly the most negative dimension for the participants; only one participant thought the context was helpful, and by comparison to other less developed countries. Firstly, couples considered that it takes support away from other dimensions. Because of the economic crisis they mentioned having less money or practical supports (e.g., the Government has cancelled or reduced housing supports for young people and banks are narrowing their loans’ attributions), and struggling with unemployment and precariousness, as they have less job opportunities or worse work conditions. Because of these conditions, one couple had already moved to another city to find

---

<sup>42</sup> Participants reflected on the Portuguese EPC, which has suffered from a prolonged recession and difficult economic recovery, as other Western countries.

work and several anticipated having to emigrate, which had made or was anticipated to make them be away from family and friends. Secondly, although some participants devalued its impact, EPC was the only dimension considered to block relational development and dreams, as couples found themselves having to postpone or even consider changing future plans, such as marriage and having (several) children, like this female respondent described:

The point is... when we talk about our future, we think of getting married but if we don't have a stable job and other conditions we will never do it. And we also want a lot of kids and that is one thing we might have to reconsider. (#12)

*Family.* Family was one of the dimensions most seen as supportive, providing general support and specifically accepting and validating the couple as well as positively welcoming their children's romantic partner. Family members' input and opinions were also seen as valuable to provide a different perspective on relational issues. Occasionally some couples mentioned having some difficulties in this area, when parents didn't approve of their personal choices and six couples considered family to be more or less indifferent to the relationship:

Well, I grew up with my grandparents so now that I live with my parents and my brother I don't feel that there is this emotional connection, there's not a mutual dependency so the issues that affect them don't affect me and the things that affect me don't affect them. (M; #16).

*FLP.* As to FLP, although almost every couple saw these professionals as a positive resource, they tended to consider them useful essentially for individual therapy if one of them needed (vs. a couple process) and mainly as a last resource, as one couple said "(F) *Probably we won't easily turn to a psychologist, it surely wouldn't be our first... I would have to try friends... (M: I would have to exclude...)* Exactly, exclude all other alternatives." (#18). Religious couples however showed positive attitudes toward clergy counselors, and found them to be available and insightful regarding relationship issues. Nevertheless, many couples found psychologist in general to be inaccessible, or available only for a very select group, because of expensive fees. Only one couple talked about non-therapeutical interventions, as they participated in mandatory religious premarital counseling<sup>43</sup>, and didn't find it useful.

*Friends.* This dimension was the most often considered as supportive, as friends provide GS, different perspectives or advice, and practical or material support, and validate and show respect for the couple unit, as one male respondent said, "*I think we have the gift of having several friends that are really good friends, much better than we are and that make us grow and*

---

<sup>43</sup> In Portugal, couples who wish to have a Catholic wedding must go through a mandatory marriage preparation course.

*help us as a couple” (#8).* The exception is clearly when participants discuss friends of only one element of the couple: all references concerning friends as challenges to the relationship refer to these not mutual friends, and the male participants’ in particular.

*Extended Social Network.* Work colleagues, neighbors and other social relationships were mainly coded as resources, although normally considered indifferent. The exception regarded past romantic relationships, some existing only as difficult and insecurity generating memories and others as present and future challenges, specifically in the couple where the male participant was expecting a child from a previous girlfriend.

### **Discussion**

The complexity and extent of areas covered by the present exploratory study don’t have the pretense to allow for a thorough analysis but wish to provide a general picture of the influence and perceived future impact of contextual dimensions on couples’ relationships, with some possible insights for further discussion and implications for practice.

The results indicate that different contexts with which dating couples interact are already perceived as relevant in supporting and validating the relationship but also in challenging and even blocking relationship development. Firstly, even before marriage or cohabitation, couples acknowledge the significance of their relationship networks and community groups to strengthen their bounds and they resort to them when needed. An overall positivity is recognized, as couples imagine that most areas will be available for support, much more than they imagine them to cause stress or conflict between the couple. This general positivity in dating couple’s perceptions has been well documented regarding relationship and partner’s characteristics, and has been found to be beneficial for the couple’s development (e.g., Luo & Snider, 2009; S. L. Murray & Holmes, 1997; Segrin, Hanzal, & Domschke, 2009). The same processes can occur regarding external dimensions, so further research is required to clarify the nature of these positive assessments.

Second, concerning specific resources, family and friends are clearly the groups that couples assess more positively. Participants seem to pro-actively ask for support and also benefit from these systems accepting and validating the relationship and their choice of partner, which research has found to be deeply associated with future marital satisfaction and stability (Larson & Holman, 1994). Another type of resource, and in fact the most mentioned, is that which gives support on a personal level, with a strong focus on self-fulfillment and personal needs and dreams, specifically related to the domains of career issues, community involvement and FLP. Also, some participants highlight the opportunity to see the other as someone distinct from themselves, with new things to discover, and have the chance to be appreciative. This focus on individuality might be related to the initial relational phase covered by the study, as

couples don't yet share a household, but can also be an expression of the increasing importance of individuality in the emerging adulthood stage (Arnett, 2001). As some developmental tasks are extended and prolonged throughout young adulthood, such as autonomy, career definition, deciding on one's beliefs and values, and becoming financially independent (Arnett, 2001), they can be gaining more relevance and becoming more entangled in the parallel tasks of couple's formation (Shulman & Connolly, 2013). Additional qualitative and quantitative studies can explore the prominence of these individual tasks in the relational paths and perhaps inform reviewed models of the family life-cycle (Carter & McGoldrick, 1988). Also, individuality issues can be included in interventions that aim to promote healthy relationships, not failing to develop dynamics such as commitment and intimacy to avoid extreme individualism and values such as generosity and civic participation (Fowers, 2000).

One way to combine these individual, relational and social needs is becoming involved in community organizations, as it promotes both a personal fulfillment and a couple's sense of generativity. When participants reported participating together, they found it to be very positive to the relationship, spoke enthusiastically about their activities and many times their friends, social network and even FLP came from that community groups. However, community involvement, although positively perceived by most couples, is one of the dimensions, together with FLP, most seen as indifferent. Several couples didn't identify or report any participation in civic, charity or religious groups or activities, which in time can become a gap in couples' repertoire of resources. Practitioners can therefore promote couples' contribution and involvement in these activities, investing in a greater sense of purpose and mutual growth (Hurst, 2005). It is important to acknowledge that contextual dimensions are not static in time but can change in their impact. The dimensions considered indifferent or unavailable can very likely be needed in the future or develop into challenges as in the case of family and friends' involvement, that research has clearly shown to be pivotal in relationship satisfaction and stability (Holman, 2001). In this regard it is also worrying to see couples' perception of FLP. Although they assess them as positive resources, they don't seem to consider them as an option or find them to be available and accessible, quite the contrary. They prefer to turn to informal helpers such as friends and family before formal helpers such as mental health professionals, to the extent they admit only going to a couple's therapist when they have tried everything else and failed. This is more relevant as prevention interventions are rarely mentioned and they have shown advantages over couple therapy, when problems have often crystalized (VanWidenfelt et al, 1997). Social and cultural issues can help to explain these attitudes, as many people tend to regard couples' relationships as private and other people's opinion as intrusive and undesirable; also, preventive efforts are rare in Portugal and scarcely disseminated

(for a reflection on these themes, regarding the Italian couple context, similar in several aspects, see Bradbury, Karney, Iafra & Donato, 2010). Even in the US, where psycho-educational relational programs are more common, several authors have made efficient efforts to overcome the distance and stigma attached to therapeutic couple interventions with preventive and community programs. Antle et al. (2013), for example, resorted to familiar agency staff (social workers) to implement a relationship training to low-income, at-risk individuals, and Markman and Stanley's team has repeatedly trained community lay and religious leaders to deliver their educational program, PREP, with significant positive impact (Markman et al., 2004; Stanley et al., 2001). Well thought program design and marketing is also extremely important, making interventions more appealing and relevant (Duncan & Goddard, 2011; Goddard, 2004). Helping professionals can do better at reaching youth and couples, by partnering with local groups and promote an increase of positive attitudes from couples, families and community leaders (Doherty & Beaton, 2000).

In turn, all couples except for two identify challenging contexts, with great emphasis on their work and studies, and the great majority perceives the macrosystem, i.e, the EPC, to bring hardships and insecurity, comprising difficult decisions about their personal and relational investments and future. These two dimensions are often presented as intrinsically connected, as the last, for example, deeply affects the availability of jobs and their characteristics. In fact, although participants were not requested to make connections between areas, most, if not all, domains are connected in a systemic circularity, as the Couples' Resource Map intentionally, or not, represents, in its depiction of dimensions in three circles. For example, unemployment can make a couple decide to migrate and therefore lose, in some ways, their families' support. Findings also show that current EPC and subsequent career issues are key concerns and have practical consequences on couples lives and future decisions, even as to have or not the desired number of children, as young adults struggle with unemployment, low salaries, precarious contracts, and great insecurity regarding their future. Together with more relational variables, such context can surely contribute to the ambivalence in relationships and postponement of marriage or more committed marital unions (Stanley et al., 2011), in an intertwine of relational and career tasks in the young adult developmental phase (Shulman & Connolly, 2013). Specifically, unemployment and precarious job conditions have already been found to delay marriage in a Spanish sample (Gutiérrez-Domènech, 2008) and also to be associated with insecurity in the relational realm in a French study (Ekert-Jaffe, 2001). In Portugal, as in other countries in Europe, young adults' unemployment rates are fairly high, 39% in ages between 15 and 24 and near 20% between 25 and 34 years old, and emigration has been rising in this age group (INE, 2013). More research should be done to understand how such challenges are dealt

with within the relationship – social support by the partner has been found to be particularly relevant (Bradbury & Karney, 2004), and how other contextual systems, such as family and friends, are being taken into account, as support but also as challenges to autonomy and healthy boundaries. Future studies should also explore the relationship between the EPC and marital decision making and inform processes and strategies that can support young couples in their journey toward more committed and resilient unions (Walsh, 2002).

Furthermore, as described in the results, most contextual dimensions are not exclusively a resource, a challenge or indifferent to participants. They are complex factors that impact couples' relationships in different ways, complexity that could be lost in quantitative questioning. So even challenging areas as EPC and career can provide opportunities for growth and higher intimacy in the relationship. Participants talked about the opportunities to create a shared story of surpassed challenges and to show (and receive) social support such as emotional and practical support, processes that, together with dyadic coping and problem solving skills, can be valued and enhanced (Bodenmann & Shantinath, 2004; Landis, Peter-Wight, Martin, & Bodenmann, 2013). It is important to understand these dialectics in relationships and not assume that one dimension is positive or negative, but that assessment and intervention tailoring is important to attend to couples' specific needs.

We believe that external systems' issues can be included in both psychoeducational programs (e.g., premarital education) and therapeutic practices. Framed by an eco-systemic approach, different interventions can address preventively both the contexts mentioned as challenges and as indifferent or unavailable, while also promoting and enhancing the already existent resources. They can also explore possible illusions regarding their impact, and increase awareness of their role along couple development. Interventions should aim to integrate a range of dimensions often focused on specific programs, such as promoting hope and a couple vision regarding future challenges (Christine E. Murray & Murray Jr., 2004; Halford, 2011), training individual and dyadic coping skills and stress management (Bodenmann & Shantinath, 2004), developing healthy boundaries with family, friends and their social network at the same time optimizing their support (Larson & Holman, 1994), promoting community involvement, dealing specifically with past relationships and even considering coparenting needs. Alongside with these, FLP and therapists can be challenged to provide more practical support addressing several life skills, such as time management, financial skills, career counseling, and decision making processes regarding, for example, migration issues. With the current economic crisis we believe that not only low-income families would benefit from a more holistic and eco-systemic approach but that it can be integrated into universal preventive efforts as well as into clinical interventions. This surely requires more from couple and family practitioners. As Rojano says,

it *“requires multi-skilled, flexible, and creative therapists that, in addition to clinical skills, are also competent in implementing comprehensive socioeconomic interventions”* (Rojano, 2004, p. 60).

### **Limitations and Future Research**

Despite its contributions to the comprehension of the impact of contextual dimensions in dating relationships, the present study has several limitations and the methodological options taken surely require caution in approaching the findings discussed. Care must be taken as the sample is formed mainly by white and highly educated participants, not representative of the Portuguese population. Nonetheless, as a qualitative study, it does not intend to generalize the results but to highlight and discuss participants' points of view and experiences. Regarding the interview format, we believe that the generic content solicited by the CRM overcomes the issues brought up by joint couple interviews, such as one partner feeling apprehensive in sharing more personal attitudes and opinion (cf. Aquilino, 1993) and the task characteristics allow for an individual reflection previous to the task discussion in group. Also, the CRM was part of a broader interview that previously explored the couples' stories which can account for the sometimes parsimonious answers participants gave to avoid repetition and consequently didn't allow for a deeper exploration of meanings. Future research can specifically focus on the use of the CRM, exploring not only contextual dimensions, but their articulation with the other two spheres (individual and relational). Additionally, quantitative methods can be articulated, such as the authors' Couples Resource Scale (Christine E. Murray & Forti, 2009; Pope, Murray, & Kemer, 2013) and other instruments regarding relational and individual variables. Moreover, longitudinal research is needed in order to grasp the development of couples' perceptions along their relational journey and the impact of specific arrangements of contextual involvement and boundaries, in a way that the mere anticipation can't (Larson & Holman, 1994; Niehuis et al., 2006).

### **Conclusion**

Altogether, this study, with the use of the Couple's Resource Map, discusses domains that are not commonly included in studies focusing external systems, going beyond FO, friends and career issues to include, for example, FLP, community involvement and the current EPC. The results suggest that couples are distant from community and FLP resources at the same time that both careers and the EPC are becoming increasingly challenging to the development of family formation. As young couples struggle in their response to contextual challenges and are sometimes unaware of their future impact, more ecological and systemic interventions can be considered, anticipating however a need to disseminate such interventions in appealing ways that can bridge the gap between them. These also should take into account the couples'



resources, such as family and friends, promoting healthy and balanced ways to maintain their support while protecting the couple's developmental needs.

We hope that the study of these dimensions has highlighted the significance that external systems have on couples' relational development (Bradbury & Karney, 2004) and provided insights for further investment in additional research and in the development of effective and holistic couple relationship education and clinical interventions (Doherty & Beaton, 2000; Halford, Markman, Kline, & Stanley, 2003; Rojano, 2004). That way, we will have both practitioners and couples aware of the contextual systems impact and resources available, and prepared to build relationships that foster individual, relational and social growth.

## References

- Antle, B., Sar, B., Christensen, D., Karam, E., Ellers, F., Barbee, A., & van Zyl, M. (2013). The impact of the Within My Reach relationship training on relationship skills and outcomes for low-income individuals. *Journal of Marital And Family Therapy, 39*, 346-357. doi: 10.1111/j.1752-0606.2012.00314.x
- Aquilino, W. S. (1993). Effects of spouse presence during the interview on survey responses concerning marriage. *Public Opinion Quarterly, 57*, 358-376. doi: 10.1086/269381
- Arnett, J. J. (2001). Conceptions of the transition to adulthood: Perspectives from adolescence through midlife. *Journal of Adult Development, 8*, 133-143. doi: 10.1023/A:1026450103225
- Bodenmann, G., & Shantinath, S. D. (2004). The Couples Coping Enhancement Training (CCET): A new approach to prevention of marital distress based upon stress and coping. *Family Relations, 53*, 477-484. doi: 10.1111/j.0197-6664.2004.00056.x
- Bradbury, T. N., & Karney, B. R. (2004). Understanding and altering the longitudinal course of marriage. *Journal of Marriage and Family, 66*, 862-879. doi: 10.1111/j.0022-2445.2004.00059.x
- Bradbury, T. N., Karney, B. R., Iafate, R., & Donato, S. (2010). Building better intimate relationships: Advances in linking basic research and preventive interventions. In V. Cigoli & M. Gennari (Eds.), *Close relationships and community psychology: An international perspective* (pp. 224-240). Milan, Italy: Franco Angeli.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology, 3*, 77-101. doi: 10.1191/1478088706qp063oa
- Bronfenbrenner, U. (1986). Ecology of the family as a context for human development: Research perspectives. *Developmental Psychology, 22*, 723-742. doi: 10.1037/0012-1649.22.6.723
- Carter, B., & McGoldrick, M. (1988). *The changing family life cycle: A framework for family therapy* (2nd ed.). New York, NY, US: Gardner Press.
- Clements, M. L., Stanley, S. M., & Markman, H. J. (2004). Before they said 'I do': Discriminating among marital outcomes over 13 years. *Journal of Marriage and Family, 66*, 613-626. doi: 10.1111/j.0022-2445.2004.00041.x
- DG Research European Commission (2007). *Families and Transitions in Europe*. Brussels: European Commission.
- Doherty, W. J., & Beaton, J. M. (2000). Family therapists, community, and civic renewal. *Family Process, 39*, 149-161. doi: 10.1111/j.1545-5300.2000.39201.x

- Duncan, S. F., & Goddard, H. W. (Eds.). (2011). *Family life education: Principles and practices for effective outreach*. Thousand Oaks, CA: SAGE Publications, Inc.
- Ekert-Jaffe, O. (2001). Unemployment, marriage, and cohabitation in France. *Journal of Socio-Economics*, 30, 75-98. doi: [http://dx.doi.org/10.1016/S1053-5357\(01\)00088-9](http://dx.doi.org/10.1016/S1053-5357(01)00088-9)
- Fereday, J., & Muir-Cochrane, E. (2006). Demonstrating rigor using thematic analysis: A hybrid approach of inductive and deductive coding and theme development. *International Journal of Qualitative Methods*, 5, 80-92.
- Fowers, B. J. (2000). *Beyond the myth of marital happiness: How embracing the virtues of loyalty, generosity, justice, and courage can strengthen your relationship*. San Francisco, CA, US: Jossey-Bass.
- Goddard, H. W. (2004). Cooperative extension initiatives in marriage and couples education. *Family Relations*, 53, 433-439. doi: 10.1111/j.0197-6664.2004.00051.x
- Gutiérrez-Domènech, M. (2008). The impact of the labour market on the timing of marriage and births in Spain. *Journal of Population Economics*, 21, 83-110. doi: 10.1007/s00148-005-0041-z
- Halford, W. K. (2011). *Marriage and relationship education: What works and how to provide it*. New York: Guilford Publications.
- Halford, W. K., Markman, H. J., Kline, G. H., & Stanley, S. M. (2003). Best practice in couple relationship education. *Journal of Marital & Family Therapy*, 29, 385-406. doi: 10.1111/j.1752-0606.2003.tb01214.x
- Holman, T. B. (2001). *Premarital prediction of marital quality or breakup: Research, theory and practice*. New York: Springer.
- Hurst, N. (2005). Marriages that promote growth. *Marriage & Family Review*, 37(3), 47-71. doi: 10.1300/J002v37n03\_04
- INE. (2013). Estatísticas do Emprego: 3º trimestre de 2013 [Employment Statistics: 3rd trimester 2013] [Press release]
- Jamison, T. B., & Ganong, L. (2011). "We're not living together": Stayover relationships among college-educated emerging adults. *Journal of Social and Personal Relationships*, 28, 536-557. doi: 10.1177/0265407510384897
- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (2005). Contextual influences on marriage: Implications for policy and intervention. *Current Directions in Psychological Science*, 14, 171-174. doi: 10.1111/j.0963-7214.2005.00358.x
- Landis, M., Peter-Wight, M., Martin, M., & Bodenmann, G. (2013). Dyadic coping and marital satisfaction of older spouses in long-term marriage. *GeroPsych: The Journal of*

- Gerontopsychology and Geriatric Psychiatry*, 26, 39-47. doi: 10.1024/1662-9647/a000077
- Larson, J. H., & Holman, T. B. (1994). Premarital predictors of marital quality and stability. *Family Relations*, 43, 228-237. doi: 10.2307/585327
- Luo, S., & Snider, A. G. (2009). Accuracy and biases in newlyweds' perceptions of each other: Not mutually exclusive but mutually beneficial. *Psychological Science*, 20, 1332-1339. doi: 10.1111/j.1467-9280.2009.02449.x
- Markman, H. J., Whitton, S. W., Kline, G. H., Stanley, S. M., Thompson, H., Peters, M. S., . . . Cordova, A. (2004). Use of an empirically based marriage education program by religious organizations: Results of a dissemination trial. *Family Relations*, 53, 504-512. doi: 10.1111/j.0197-6664.2004.00059.x
- McGoldrick, M., & Shibusawa, T. (2012). The family life cycle. In F. Walsh (Ed.), *Normal family processes: Growing diversity and complexity* (4th ed., pp. 375-398). New York: The Guilford Press.
- Minuchin, S. (1974). *Families and Family Therapy*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Molnar, A., & de Shazer, S. (1987). Solution-focused therapy: Toward the identification of therapeutic tasks. *Journal of Marital And Family Therapy*, 13, 349-358. doi: 10.1111/j.1752-0606.1987.tb00716.x
- Murray, C. E., & Forti, A. M. (2009). Validation of the Couples Resource Map Scales. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 8, 209-225. doi: 10.1080/15332690903048812
- Murray, C. E., & Murray Jr., T. L. (2004). Solution-focused premarital counseling: Helping couples build a vision for their marriage. *Journal of Marital And Family Therapy*, 30, 349-358. doi: 10.1111/j.1752-0606.2004.tb01245.x
- Murray, S. L., & Holmes, J. G. (1997). A leap of faith? Positive illusions in romantic relationships. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 23, 586-604. doi: 10.1177/0146167297236003
- Neff, L. A., & Karney, B. R. (2004). How does context affect intimate relationships? Linking external stress and cognitive processes within marriage. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30, 134-148. doi: 10.1177/0146167203255984
- Niehuis, S., Huston, T. L., & Rosenband, R. (2006). From courtship into marriage: A new developmental model and methodological critique. *Journal of Family Communication*, 6, 23-47. doi: 10.1207/s15327698jfc0601\_3
- Observatório das Famílias e das Políticas de Família. (2013). *Relatório 2012: Observatório das Famílias e das Políticas de Família* (Report 2012: Observatory of Families and Family Politics). Lisboa: Instituto de Ciências Sociais.

- Pope, A. L., Murray, C. E., & Kemer, G. (2013). Development of the Couples Resource Scales. *The Family Journal, 21*, 253-262. doi: 10.1177/1066480713476662
- QSR. (2012). NVivo qualitative data analysis software (Version 10): QSR International Pty Ltd.
- Rojano, R. (2004). The practice of Community Family Therapy. *Family Process, 43*, 59-77. doi: 10.1111/j.1545-5300.2004.04301006.x
- Rusconi, A. (2004). Different pathways out of the parental home: A comparison of West Germany and Italy. *Journal of Comparative Family Studies, 35*, 627-649.
- Segrin, C., Hanzal, A., & Domschke, T. J. (2009). Accuracy and bias in newlywed couples' perceptions of conflict styles and the association with marital satisfaction. *Communication Monographs, 76*, 207-233. doi: 10.1080/03637750902828404
- Shulman, S., & Connolly, J. (2013). The challenge of romantic relationships in emerging adulthood: Reconceptualization of the field. *Emerging Adulthood, 1*, 27-39. doi: 10.1177/2167696812467330
- Stanley, S. M., Markman, H. J., Prado, L. M., Olmos-Gallo, P. A., Tonelli, L., St. Peters, M., . . . Whitton, S. W. (2001). Community-based premarital prevention: Clergy and lay leaders on the front lines. *Family Relations, 50*, 67-76. doi: 10.1111/j.1741-3729.2001.00067.x
- Stanley, S. M., Rhoades, G. K., & Fincham, F. D. (2011). Understanding romantic relationships among emerging adults: The significant roles of cohabitation and ambiguity. In F. D. Fincham & M. Cui (Eds.), *Romantic Relationships in Emerging Adulthood*. Cambridge: Cambridge University Press.
- VanWidenfelt, B., Markman, H. J., Guerney, B., Behrens, B. C., & Hosman, C. (1997). Prevention of relationship problems. In W. K. Halford & H. J. Markman (Eds.), *Clinical handbook of marriage and couples interventions* (pp. 651-675). New York: Wiley.
- Walsh, F. (2002). A family resilience framework: Innovative practice applications. *Family Relations, 51*, 130-137. doi: 10.2307/3700198
- Williamson, H. C., Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (2013). Financial strain and stressful events predict newlyweds' negative communication independent of relationship satisfaction. *Journal of Family Psychology, 27*, 65-75. doi: 10.1037/a0031104



## Artigo 7: Couple in progress: Joys and challenges of the beginning of the family life cycle<sup>44</sup>

---

<sup>44</sup> Monteiro, A. P., & Ribeiro, M. T. Couple in progress: Joys and challenges of the beginning of the family life cycle. Manuscrito submetido para publicação a Julho de 2014.





## Couple in progress: Joys and challenges of the beginning of the family life cycle

### Abstract

The present exploratory study aims to revisit the salient issues, joys and challenges of recently cohabitating couples, both married and unmarried, and provide a vivid and dynamic depiction of how they experience the beginnings of the family life cycle, i.e., becoming a couple. Ten couples ( $N = 20$ ) participated in joint interviews that were analyzed through a grounded theory methodology. Enjoyment of the couple relationship was a transversal theme to all couples, and three main tensions emerged from the analysis. The first, *time and demands*, related mainly to the pleasure of spending time together but the need to attend to house chores and demanding work contexts. The second, *intimacy and self*, expressed the difficult balance between relational needs and pleasures and personal needs and characteristics. Family of origin and autonomy were the main topics discussed in the third tension, *continuity and creation*. The results generated an ecological and systemic model that we believe has further implications to theory, research and preventive programs development.

Keywords: Transition, Marriage, Cohabitation, Family life cycle, Developmental tasks

### Couple in progress: Joys and challenges of the beginning of the family life cycle

In recent decades, couple relationships have suffered tremendous changes in most Western countries. Although marriage continues to be the most popular expression of a couple's commitment, its rates have been declining, while civil unions and cohabitations have been rising (Hahlweg, Grawe-Gerber, & Baucom, 2010). Also, marriage is frequently preceded by a period of cohabitation (Kuperberg, 2014; Manning, Brown, & Payne, 2014), making the transition to marriage a less expressive turning point in family formation. At the same time, divorce rates have increased to around 40% and maintaining a satisfying and stable relationship seems increasingly challenging right from the start of marriage, as one third of divorces occur during the first five years of marriage (Pihet, Bodenmann, Cina, Widmer, & Shantinath, 2007). Nevertheless, couple-based households are still the predominant way of family organization and intimate couple relationships are desired by most world population (Hahlweg et al., 2010). The continued centrality of the couple unit paired with its increasing complexity and challenges and the negative consequences associated with marital dissatisfaction and dissolution have fueled the development of hundreds of research studies and prevention efforts targeting premarital and newlyweds' couples (Halford, 2011). Still, surprisingly, some scholars have alerted to the need of more basic research and reflection on couple experiences and existing models, in order to further the understanding on the salient issues of becoming a couple in a day-to-day reality and therefore improve intervention efforts (Bradbury & Lavner, 2012; Walsh, 2012).

### **Family life cycle models**

The process of becoming a couple has long been addressed by literature regarding the family life cycle (FLC), integrating theoretical thinking and clinical reflections from systemic family therapists (e.g., Minuchin, 1974) and organized in classical works such as Duvall and Miller (1985) and Carter and McGoldrick (1988) FLC models.

According to Carter and McGoldrick (1988), becoming a couple is one of the most complex and difficult transitions of the FLC even though it is often perceived as the least complicated and most joyous. As two people join in the building of a family, two entire systems are merging in the process of developing a new, third family system, which implies profound changes in the individuals, in the relationship itself and in the systems that surround it (Morris & Carter, 1999). FLC models consider that the primary task for couples during this stage is to create a new definition of their relationship as a separate system from each partner's family of origin (Berger & Hannah, 1999; Carter & McGoldrick, 1988; Falicov, 1991). To redefine transgenerational bonds and loyalties so that the identity center moves to the spousal relationship can be deeply challenging for both couples and families of origin (Falicov, 1998). Other tasks relate to the integration of individuality in this new couple entity, balancing the

dimensions of intimacy and fusion (Carter & McGoldrick, 1988) so that, as Philippe Caille (1991) describes it, one plus one equals three (*me, you* and this new co-creation, *we*) and not two.

In order to simplify the ambiguities of relationship definition, Carter and McGoldrick (1988) considered marriage as the turning point that marks the stage of becoming a couple, therefore excluding cohabitation unions. To account for these experiences, they consider a previous stage, the young autonomous adult that can live together with a partner or alone, but still hasn't decided for sharing a life with someone. In this phase, autonomy and work issues are central and their challenges' resolution is fundamental to the stage that follows. It is true that the definition of what a couple is and when it does begin has become more blurred and personally defined, with the diversity of conjugal paths and parallel absence of institutionalized rituals of transition (e.g., a wedding ceremony). As Cherlin (2010) states, demographic trends have produced "an increased complexity of family life and a more ambiguous and fluid set of categories than demographers are accustomed to measuring" (p. 403). Still, as marriage has normatively become preceded by cohabitation and civil unions' rates rise, to exclude these living arrangements is to miss the transition entirely.

In 1995, Andolfi, Angelo, and Saccu (1995) wrote accordingly that the family life cycle was formulated in a vague and generic way, mainly as a result of work with clinical populations, and should therefore be developed in order to take into account cultural and individual differences as well as nonclinical couples. In fact, "much of the literature on the transition to marriage is anecdotal, thereby lacking the empirical data to refine concepts and theories used to explain the transition to marriage and all of its varied processes." (Morris & Carter, 1999, p. 10). Additionally, they have not been thoroughly revised since their first formulations decades ago and are at need of empirical update (Falicov, 1991).

### **Premarital variables' models and newlywed's research**

Since then, a huge effort for empirical richness has been made within other theoretical frameworks. There are hundreds of articles concerning marriage (for reviews, see Fincham & Beach, 2010a; Gottman & Notarius, 2002) and distinct paths of couple formation, as cohabitation and civil unions (Manning & Smock, 2002, 2005; Stanley, Rhoades, & Markman, 2006). Within them, we do find a solid empirical work that focus both on premarital couples and newlyweds and that explores marital distress and divorce roots in these early stages (e.g., Carrère, Buehlman, Gottman, Coan, & Ruckstuhl, 2000; Clements, Stanley, & Markman, 2004; Holman, 2001; Huston, Caughlin, Houts, Smith, & George, 2001; Rogge, Bradbury, Hahlweg, Engl, & Thurmaier, 2006; Williamson, Karney, & Bradbury, 2013). From this extensive research, several authors have developed organizational models integrating the diversity of predictive

variables, with strong implications for the development of preventive and enrichment marital programs (e.g., Halford, 2011; Holman, 2001).

A consensual organization distinguishes between four major groups of variables (Halford, 2011; Larson & Holman, 1994; Murray & Murray Jr., 2004). They consist of individual characteristics, relational processes, contextual variables and life events or transitions (Halford, 1999, 2011). Individual characteristics relate to the stable, historical and experiential factors that each element brings to the relationship. They include patterns and experiences with family of origin, personal background (e.g., education and other romantic relationships), personality and psychological disorders (Cobb & Bradbury, 2003). Relational variables involve the cognitive, behavioral and affective processes that occur within the couple interactions. Communication and conflict resolution have been highly studied, with attention to emotional expression and patterns (e.g., fear, avoidance, contempt vs. humor, compliments and validation) (Driver & Gottman, 2004; Gottman & Silver, 1999), as well as shared beliefs and expectations regarding, for example, roles and articulation with other systems (e.g., Bonds-Raacke, Bearden, Carriere, Anderson, & Nicks, 2001). Often called “positive” variables have received growing attention, such as commitment, social support and forgiveness (Bradbury & Karney, 2004; Fincham & Beach, 2010b; Fincham, Stanley, & Beach, 2007). A more recent focus has been given to dyadic coping, as the interest towards contextual variables also rises (Bodenmann, Pihet, & Kayser, 2006; Bodenmann & Randall, 2012; Iafate, Bertoni, Donato, & Finkenauer, 2012). Contextual dimensions relate to the sociocultural norms within which the relationship exists and also to the more proximal contexts such as work, friends, family, hobbies and community. These contexts can demand time and resources that don’t align with the demands of an intimate relationship but they are at the same time fundamental for their enrichment and support (Halford, 1999). Financial strain, stressful events and challenging contexts such as neighborhoods and housing issues can deeply impact couples’ relationships and research has shown that they can predict newlyweds’ negative communication independent of relationship satisfaction (Karney & Bradbury, 2005; Lavner & Bradbury, 2012; Williamson et al., 2013). Lastly, these models also consider the impact of life events, normative or unexpected, such as diseases, a change in career or country and the birth of a child. So here are included developmental transitions, such as the one we target in the present study, which resolutions depend of all the other three groups described above and are the background of their unfolding.

Despite the efforts to develop and guide further research through these integrative models, most studies has focused on the processes within the couple and lack a dynamic and developmental articulation with the specific life stage, specific areas (e.g., time and space), conscious and unconscious levels of couples’ contracts, family-of-origin issues, and individual

psychodynamics (Lebow, 1999; Niehuis, Huston, & Rosenband, 2006). Some studies have attempted to focus on specific areas of challenges for couples but, on one hand, have focused only on problems and not benefits or tasks in general (e.g., Hsueh, Morrison, & Doss, 2009) or, on the other hand, consist of surveys that are typically closed-ended and that rely on participants' identifying problems on predetermined lists (Schramm, Marshall, Harris, & Lee, 2005; Storaasli & Markman, 1990), constraining the range of possible answers and therefore the innovation needed for understanding new and rapid changing couple experiences. According to Bradbury and Lavner (2012), we now have:

unique insights into couple interaction, but it may also be distracting us from understanding the factors that govern skill acquisition and, more importantly, routine skill use in the natural environment. (...) This suggests that we could do much better at aligning our interventions more closely with the tasks and challenges that couples routinely confront." (p. 120).

According to Walsh (2012), research should aim at a "flexible family developmental framework [that can] identify salient issues and challenges that commonly arise with particular phases and transitions" (p. 7) and that can incorporate the adaptive processes that address them.

### **Current study**

We believe that the clinical and theoretical FLC models can provide the closeness to couples' challenges and daily life, but they lack the empirical solid basis to sustain their conclusions and are possibly outdated in their identified salient issues. As said, there is a need of revisiting empirically the start of a new family, as it is a major phase with ongoing impact on the family development and as several efforts have been made to develop preventive premarital programs that have shown potential but are lacking better theoretical and empirical foundations (Bradbury & Lavner, 2012).

We aim to do that through a qualitative approach that does not rely on lists of predetermined problems but explores couples' narratives of their daily experiences. Additionally, we wish to identify not only the challenges of this stage but also the joys and benefits of living together in order to inform the study of strengths and protective variables of couple lives and to develop a more comprehensive model of their fundamental dimensions.

Also, we include both newlyweds and newly cohabitating couples, as they have become increasingly common both in the USA and in Europe (Cherlin, 2010; Dominguez-Folgueras & Castro-Martin, 2013; Walsh, 2012; Willoughby, Carroll, & Busby, 2012) and are also potential users of therapy and preventive educational programs (Rhoades, Stanley, & Markman, 2009). The diversity of cohabitating couples poses some difficulties to sample recruitment and results

interpretation but, although a real challenge, researchers should try to integrate both experiences of cohabitating relationships, marital and non-marital, to grasp the beginning of family life, with the risk of excluding normative paths and experiences of being a couple. To overcome grey areas, we defined two dimensions, living in a same space and sharing a desire of continuity and mutual future. The aim should be to maintain flexible and holistic models that focus on common experiences and on processual transversal dimensions that are inherent to sharing a home and a desire to share a life.

The goal of the present study is therefore to provide exploratory qualitative data on salient issues and challenges of recently cohabitating couples, both married and unmarried, that can provide a vivid and dynamic depiction of how they experience the beginnings of the family life cycle, i.e., becoming a couple.

### **Portuguese young couples: a brief characterization**

As this study was developed with Portuguese couples, a brief characterization is in order, based on the 2012 Report of the Observatory of Families and Family Politics (Observatório, 2013). Geographically considered a southern European country, Portugal has experienced sociocultural rapid changes that have moved it toward rates and characteristics similar to those of central European countries. Once closely related to Catholic religion and traditional families and roles, marriage rates have been decreasing, specifically religious ceremonies: these represented 62.5% of weddings in 2011 and are now only 38%. Also, as seen in most western countries, cohabiting and civil unions have reached normative levels, with near 50% of marriages preceded by a period of cohabitation, signaling a “decline of marriage as an institutional transition moment in the life course”, preconized mainly by young couples (Observatório, 2013, p. 7). People marry increasingly later (29.5 and 31 years old, for women and men, respectively) and divorce rates are among the highest in Europe (in 2011, Portugal had the sixth higher divorce rate of the European Union). At the same time, the last decade witnessed a significant increase in the number of remarriages (13.2% of total marriages in 2000 to 27.1 in 2012). Still, civil unions have become more socially accepted even for childbearing, as 46% of children are born outside of marriage.

Also, economic recession has brought about a deep social and economic crisis with severe implications among young adults. Youth unemployment rates are near 40% and many have precarious jobs. Finally, 89% of women between 25 and 34 years old are actively involved in the market place, so the majority of couples are dual-earners.

### **Method**

In order to study the salient issues and challenges of newly cohabiting couples, we conducted joint interviews with ten Portuguese couples. This exploratory study was part of a

larger project that addressed couples' stories and characteristics in order to gain a larger comprehension of their experiences, and therefore inform practice. We believe that a qualitative approach, through joint interviews with couples, allows us to draw on their experience and expertise and open new developments in research and intervention.

### **Participants**

Participants were selected by convenience and snow-ball effect methods, with a theoretical sampling framework, in order to obtain a balanced sample of married and cohabitating couples and experiences. General criteria for inclusion were age, aiming at young adults (20 to 30 years old), and relationship status, as participants had to be in a daily cohabitating relationship for less than one year and a half. Specific criteria included religious affiliation and academic and professional areas. Thus, we sought to include married and cohabitating couples with different religious involvement and from a large range of knowledge domains, to avoid social and human sciences overrepresentation.

Ten heterosexual couples ( $N = 20$ ), from urban areas, were interviewed, five were living together and five were married, with no prior cohabitation. Their ages ranged from 21 to 30 years old, with an average of 26 years old for both married and cohabiting participants. In total, their relationships had an average duration of five years, between two and eleven years ( $M = 6.6$ , married;  $M = 3.25$ , cohabiting). Time of cohabitation was close to eight months for both couples, ranging from 4 to 16 months. All participants were Portuguese and self-reported as Caucasian, except for one African male, and all but one female participant, who was still in post-graduate college, were working. Only two participants didn't have a college degree. Areas of study and work included mathematics, design, financial areas, sociology, medicine, engineering, police forces, law, administrative support, marketing and publicity. Regarding religious beliefs and practices, all married participants considered themselves Christians, with only three seeing themselves as nominal Catholics, whereas only one cohabiting female reported being a practicing Catholic, while the other ones had no religious belief (four participants didn't answer).

### **Instruments**

A semi-structured interview was developed in the context of a broader research concerning couples' story, their resources and major issues in their relationships (average duration of two hours). For the present study, the analysis focused on the narratives of couples concerning the description of their relationships since they moved in together, with an average time of 30 minutes. After asking couples to tell their relational story till the present day and explain how the process of living together developed, participants were invited to speak of

important changes, positive dimensions, challenges, and previous expectations regarding their life together.

A sociodemographic questionnaire was also administered, with some questions regarding relationship issues, such as duration, status, cohabitation, and future marriage plans.

### **Procedure**

Prior to the interviews, all couples were contacted by phone to ensure that they meet the necessary requisites. The interviews were then conducted by the first author, a PhD student with advanced post graduate studies in family psychology and qualitative methodologies. They took place at the university facilities of both authors and often in the participants' homes. Both members of the couple were present. The main goals and characteristics of the research were presented and verbal and written consent was given by the couple. Interviews were recorded, transcribed verbatim and imported to software NVivo10.

### **Analysis**

Both questions were coded at a couple level, following a grounded theory methodology (Hutchison, Johnston, & Breckon, 2009; LaRossa, 2005). Accordingly, we engaged in concurrent processes of collecting and analyzing data. As data analysis became more integrated and complex, we used theoretical sampling to recruit a more conceptually diverse set of respondents and integrate descriptions of a range of experiences (Corbin & Strauss, 2008). Data collection ended when no new codes were generated from the interviews (i.e., theoretical saturation).

The interviews were analyzed through open and axial coding. Through open coding, a process characterized by exploring the data line-by-line (Corbin & Strauss, 2008), general themes were identified and progressively refined into a set of categories and concepts, (e.g., work schedules are a challenge, time together is a positive). We then engaged in axial coding to create categories with more specific analytical underpinnings, such as couples' causal theories behind the challenges mentioned and explanations regarding what helped to resolve or sooth problematic issues. By making theoretical connections between these new categories, we were able to construct an understanding of the common tensions and dynamics of the initial phase of sharing a life. Initial categories were refined and redefined as new data were collected and coded. After this iterative process of coding, we agreed that theoretical saturation had been reached (Corbin & Strauss, 2008) and a coherent and rich model was generated.

To try to ensure rigor during data analysis, we used researcher triangulation during coding. So both authors met regularly to discuss the categorization and refine criteria and concepts. A third researcher, specialized in qualitative methods, also reviewed the process and was consulted over methodological issues.



The following results section will focus mainly on the three major tensions / dimensions of couples' experiences during their initial cohabitation and their articulation. Qualitative elaborations by participants on each major dimension are provided<sup>45</sup>, and are preceded with a code that includes the age and gender of the participant (F for female and M for male) followed by an M or C, depending on whether the participant is married or in a non-marital cohabitation, respectively (e.g., 23MM is a 23 year old married man).

### Results

The aim of this study was to identify salient issues and challenges of recently cohabiting couples and to grasp their dynamic relations. The open coding process highlighted several *general themes* within and between interviews, including relational dimensions and contexts. Participants' discourses also led to the creation of four main crisscrossing categories: *stability*, regarding couples perceptions on whether a specific dimension had changed or not after moving in together; *expectations*, specifically if the issues that arose were or not expected or (un)desired; *theories/strategies* they had on what caused the specific issue and what helped to solve it, to soothe it or, when mentioning positives, to promote it; and *rituals, routines and meanings*, which included all references where moments, meals or gestures assumed symbolic meaning to the couple or defined aspects of relational importance. Matrix queries allowed us to cross these categories with the themes and main axes presented below<sup>46</sup>.

Regarding the general themes that couples mentioned, they regarded different *contexts* – work, house conditions and chores, money, family of origin (FO), friends, personal issues and economic, political and social (EPS) context; and *relational* dimensions – spending time and doing activities together, sharing life and intimacy, having a couple identity, dreams and projects. However, as couples articulated their experiences, relational dimensions were repeatedly combined with contextual ones, depicting challenges or joys of their relationships. In fact, when analyzing within and between couples, these combinations were consistently grouped within them, forming three overarching themes, which are better understood as three major axes or *tensions*. Within each axis, references were coded based on which they described a challenge or a benefit/joy of living together, in dynamic and interconnected balances or tensions, like two sides of a coin. They consist of: *time and demands*, *intimacy and self*, and *continuity and creation*. Transversal to all tensions are the relational dimensions, i.e., the developing couple unit. In it, lays the heart of the transition to becoming a couple, which

---

<sup>45</sup> Interview excerpts are translations from Portuguese.

<sup>46</sup> Due to space limitations and the main purpose of the current work, these transversal categories will not be fully explored, but we will focus in more depth the axes/tensions, described below.

emerged from the interviews as the omnipresent theme of this stage: to enjoy being a couple. Corresponding to each tension, described below in greater detail, this theme of enjoyment assumed three specific expressions, but remains in itself the purpose and prize of living together. The three expressions are: to enjoy time together, to enjoy deeper intimacy, and to enjoy autonomy. Figure 1 presents a visual tridimensional representation of the mentioned tensions, with the couple represented in the common vertex of the pyramid.

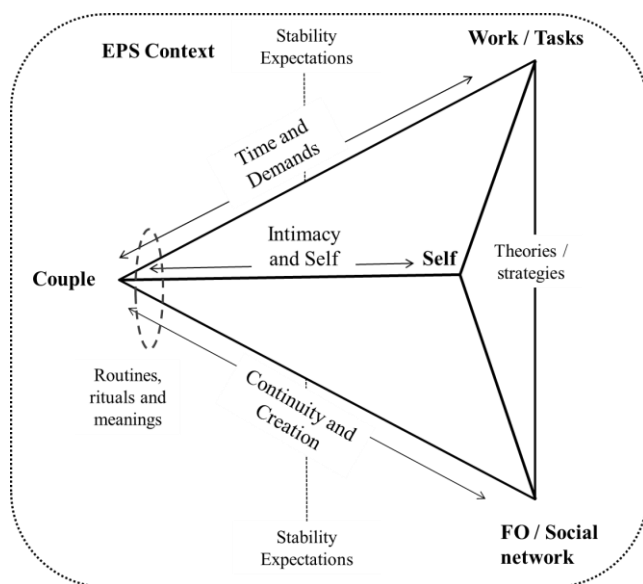


Figure 1. Tridimensional model of the tensions involved in becoming a couple

### Time and Demands

The first tension related to the theme most mentioned as a benefit and the one most mentioned as a challenge of living together, i.e., to enjoy more time to be together and do activities as a couple and to have less time for everything due to the demands that daily life of an autonomous couple entail. This axis is a clear paradox: we live together to have more time to enjoy each other's company and life in general but are confronted with its scarcity, as this female respondent mentions,

I never thought it would be so difficult to find time to date... But it is, quite difficult, because the fact that we live together creates the illusion that we spend a lot of time together, but we don't (...) it's the time, this false time that we are together." (23FC).

The 'false time', as this participant mentions, was related to all kinds of different areas that require attention but it consistently emerged in relation to work demands and house chores. The main complaint regarded the long hours work schedules and the need to still do tasks like preparing meals and cleaning, leaving very limited free time or leading to high levels of fatigue. This situation became a bigger challenge for couples when it pushed one of its members

to do most house chores. So, clearly associated with this tension were the skills of time management and roles' negotiation.

Well, I work until six pm and I live five minutes away from my workplace, while P. has to use public transportation and his work unfortunately doesn't have a leaving hour... So our greatest challenge is to find a balance because I'm having to do the double amount of work than before and... We talk a lot about gender equality but I think that boys aren't still educated to share house tasks with women, and although I believe that P. doesn't want this to happen, I end up assuming this position, of taking care of things... (28FC). I think that this is a theme where we struggle... because S. felt she needed to assume this role but I really don't want her to have that role in my life. She is not my facilitator, she is my girlfriend. And I've already told her, that if I leave work at nine in the evening, I'll go to the supermarket at that time. If you go before, I can't go, right? But we'll find a balance, I'm sure! (30MC).

In this case, equitable division of work was desired but practical issues related to work made it difficult to apply to daily life. The opposite happened with another couple, where the wife seemed comfortable with a more traditional role but again practical issues made it impossible to go through with this system, as her career as a female doctor was as demanding as her husband's. Both couples faced therefore a tension within the same axis but with two contrasting views. Besides work and house chores demands, two closely related challenges emerged that required the same skills of management and negotiation, and they consisted of lack of money and job insecurities and precariousness.

According to the couples, what seemed to help relieve the tensions was the perception of a positive attitude and support of the partner, and the intentional dynamics of the couple to solve the issue, such as creating routines that protected couple time, such as having breakfast together every morning. For some couples, FO was also an important support on alleviating them from some house tasks, for example, by providing food. Regarding previous expectations, participants varied between being surprised by the amount of tasks and the scarcity of free time, and already being aware that this would happen, and therefore assuming a more accepting attitude toward the issues.

Regarding the specific joys of this dimension, spending time together and being able to do activities (e.g., watch the whole season of a TV show) or just be together with no plans emerged related to the contrast between living together and the dating period, frequently described as a time where they struggled to be together. For those who seemed to have less tensions and more enjoyment within this axis, useful strategies consisted of an intentional

effort to do what had to be done and a flexible negotiation according to preferred tasks and time availability of each partner.

### **Intimacy and Self**

The second major tension relates to, on one hand, the benefit of enjoying a deeper intimacy as couples now shared a home, and, on the other hand, the inevitable consequent confrontation on a daily basis of two different individuals and their needs. One couple shared:

I think that this daily relationship forces us be more truthful and transparent, and so, also more patient... yeh, it's this everyday contact, if you're not careful with the little things, I mean, you have to pay attention to how the other is feeling or if he is upset (27FM). Well, I was thinking... we are closer to each other than when we were dating, even physically (laughs). And it could go either way, right? But I think that we are more sensible to each other and, yes, I would say that we are even a bit more responsible for one another" (28MM).

Couples mention often the sense of comfort they now experience beside their loved one as well as the pleasure of being able to more effectively care for and be cared for one another. Also, some couples share that they feel their relationship is richer because of their complementary differences, their feelings deeper, and that their knowledge of each other and themselves has increased. At the same time, as said by the above couple, this closeness requires the respect of each other's differences and need of space, as the couple builds an intimacy that keeps intact each other's individuality without jeopardizing the closeness and affection dimensions. It is a challenging balance between relationship and personal needs, seen in this male participant's dilemma:

I feel really happy when I arrive home from work. Obviously, it's great to have her there in the same house, I feel at home. But the thing is... when we were dating, we went to our houses at the end of the day, but now, if we have an argument, a fight, we have to sleep in the same bed. That is, there's not that space anymore to breathe, to let things calm down. (28MC).

When tensions like these arise, couples seem to rely on their story together and their commitment to each other to just go through the problems. This explanation is also mentioned as the main reason for enjoying a renewed intimacy with their partner, for example, the memory of past barriers to being intimate when they were dating (e.g., the need to have a scheduled time to make love) and the safety and pride of being a couple.

### **Continuity and creation**

The last tension emerges in close relationship to the FO, although not exclusively. The major expression of enjoyment expressed in the references coded in this axis is closely related

to a sense of creating something new and being able to continue to create, or be productive, as in career achievements, shared projects and future children. Several couples shared the joy of being autonomous and free to build their own destiny as a new family, as this couple expressed:

We are an independent family now (24MM). Yes, now we decide what to do. And I felt I had a lot of freedom when I lived with my parents but now is different. I like to think of us as a family, the two of us are a unity now (22FM).

Some couples also focused the pleasure they took from the acknowledgement and daily experience of being a couple or family, very well portrayed by a couple that described the emotion of setting up their first Christmas tree, at their home, as the female respondent said, "We felt like, 'we are a family now!'" (26FC). Couples also mentioned the fact that they now shared a mutual future perspective and because of that could start dreaming of future projects, such as having children.

These joys of creating something new articulated with the confrontation that the "old" family still existed and with it, an inevitable relationship and contact. Couples experienced distinct issues, where the same behavior had different meanings within the couple and between couples. For example, one couple spoke openly about the challenges of negotiating boundaries with one FO that insisted to occasionally buy them food without accepting any money in return; this caused great discomfort only for the son-in-law but his partner showed empathy and respect and asked her parents to stop. Another couple had both FOs doing the same behavior, but for them it was perceived as a pamper, something their parents did to show their support and care. The previous relationship between both daughters/sons and their parents/in-laws seemed decisive to the experience of limit formation, being that previous autonomous relationships were always associated with an easy present relationship with FO. In fact, most couples described having a very good relationship with both parents and in-laws, very similar to the one previous to moving in together. Even routines assumed a sense of continuity, such as maintaining the day of extended family dinner or keeping daily or regular phone calls. What emerged as a more salient worry was the current characteristics and life conditions of the FO. Three couples discussed thoroughly the need to support and help their FOs, because of diseases, unemployment, loneliness due to one parent's emigration and psychological fragilities. These required the couple to visit or contact more than they would in care-free conditions and was a source of worry and sometimes even tension.

One last issue that couples mentioned was the anxiety towards the future specifically related to the socio-economic context that Portugal is facing. This related to not knowing how their jobs would be in a near future and the consequences it had on planning to have children.

When these issues arose, what helped were the partner's attitude and support and the intentional dynamics of the couple to solve the issues, perceived as external. What seemed to make things easy or more enjoyable was clearly related to more external issues that simply allowed for not having to deal with FO (e.g., they lived in another city), but also, as said before, a previous autonomous relationship with FO, maintaining contact and aligning to already established routines from FO, and the commitment and desire to build something together.

### Discussion

The aim of this study was to explore newly married and cohabiting couples' challenges and joys, in order to contribute to the development of a more dynamic and transversal model that would grasp today's young couples' experiences of becoming a couple.

The use of grounded theory to explore data led to the emergence of an overarching theme that, in midst of the variety of participants' experiences, was clear throughout the tensions and salient issues that all couples face: to enjoy the couple relationship. The results clearly suggest a centrality of the idea of taking delight in the new stage they are in and enjoying the presence of the partner, the moments of daily life and intimacy and the identity of the relationship itself. On one hand, it is the major benefit of the transition but on the other hand it is its greatest challenge. According to the three axis that emerged from the data, to enjoy one's relationship depends on managing daily demands and having time for being together and doing activities, on developing intimacy and a sense of we-ness that respects personal needs and identity, and on having a mutual understanding of continuity of a family project, that draws limits, creates something new or/and builds continuities from their own family of origin. We believe this dimension of enjoyment goes beyond the general satisfaction variable that common scales normally assess and, to our knowledge, it has not received attention from the researchers in the domain of marriage and couple relationships. We do find a construct that seems to translate the experience described by the couples, and that is *savoring*. The concept of savoring has been developed by Bryant and Veroff (2007) and is related to positive psychology research, and mainly to the individual domain. According to these authors, savoring is the capacity of individuals to focus on, appreciate, enjoy, and enhance the opportunity of positive experiences in their lives. Although the authors suggest that this variable can have a deep connection to intimate relationships, in our knowledge there is only one team exploring it in the dyadic experience (Costa-Ramalho, Pinto, & Ribeiro, 2014), so we believe this is an open door to further research. It also seems an opposite conceptual pole to the increasingly studied variable of dyadic coping (Bodenmann et al., 2006; Bodenmann & Randall, 2012). This dimension also began to be studied as an individual capacity to cope with the difficulties of life and developed

into a study of its relational dynamics. As couples struggle to face the challenges of daily life, this study shows that they also struggle (and succeed) to enjoy life together.

These two-sided conceptual dimensions have clearly emerged from the results, translated into the categories of tensions. The presence of tensions goes beyond the binomial couple vs. contexts but is also felt between couples' voices, between families, between expectations, between social and relational demands. These remind us of Baxter reflections on dialectics in relationships (Baxter, 2010; Baxter & Erbert, 1999), as she identified and reflected on several dialectic tensions inherent to intimate relationship, and alerted to the relevance of dimensions such as creativity, flexibility and adaptability. These have been considered by some models (e.g., Olson, 2000) but, we believe, are being undervalued in the research on marital quality and on the assessment of psycho-educational programs outcomes.

Additionally, these tensions emerged in the triple articulation of the central dimension of couple dynamics with its significant contexts but were further understood by the mutual influence of the contexts themselves, which provided support or increased challenges (e.g., FO as a support for the tension *time and demands*; personal needs and desires as a challenge to the couple future projects), generating the triangular pyramid shape of the model depicted in Figure 1. This model encompasses, therefore, an ecological framework with a systemic complexity in which each area influences the others while being also influenced by them. Although inclusive models such as Halford's (2011) are useful for pedagogic ends, the participants' narratives of their experiences are not at all sympathetic to a rigid and simplistic distinction between domains. Existing and future models, and consequent research, could therefore benefit from a more systemic framework, one that grasps the complexities and ambiguities of daily life (Sexton, 2012; Stanton & Welsh, 2012).

It is important to notice that the results pointed out to axis or tensions instead of specific challenges, implying that one dimension can be a challenge for exactly the opposite motives or can have the same description of ingredients and be perceived as a challenge by one couple and a positive issue by another. An example is the two couples presented in the results section regarding the willingness of their FO to provide them food. Presented with the same behavior, the two couples had two opposing perceptions: for one it was a challenge that had to be stopped, for the other a joy. Both couples accomplished a mutual, comfortable and adaptive dynamic with their FO so only longitudinal studies will allow to identify if one is more adaptable than the other and therefore provide cause-effect inferences. It might have already become clear that this model doesn't, therefore, account for what is correct, normal or positive but contextualizes day-to-day main issues that couples face. We do believe that it respectfully grasps the main dimensions of new young couples' daily lives and that it can have a practical

application for studying their resources and challenges as well as for generating questions that can direct relevant research and intervention projects. Some reflections on specific themes and challenges can however be made.

Firstly, work issues are mentioned by all couples in that they are demanding, underpaid and precarious, which can be associated to the current economic crisis, transversal to most Western countries. Participants focus both present and future difficulties that this domain brings, challenging their daily activities and routines and causing them to postpone or reconsider future personal and family plans. Often associated with money and house chores issues, work seems to influence how couples negotiate gender roles and challenges mutual agreements in being both a more traditional or modern couple. Having clear expectations regarding the division of house work and the progression of personal careers does not seem to be enough to solve participants' tensions, as results suggest that modern careers require most of all flexibility and a mutual supportive attitude between partners. Carter and McGoldrick's (1988) exclusive inclusion of work issues in the previous stage of family life, the autonomous young adult, seems therefore less adequate as results show that it continues to be central to the experience of both cohabiting and married couples. The centrality of work-family issues has received much attention regarding couples with children or in the transition to parenthood but has not focused childless couples in this stage. Emerging adulthood models have recently started to study the articulation of individuals' careers and future goals with romantic relationships, bringing attention to its inter-dynamics (Shulman & Connolly, 2013; van Dulmen, Claxton, Collins, & Simpson, 2014). FLC models would do well in integrating the richness of these models' insights into a more dyadic comprehensive framework of different family stages. Additionally, in the interconnection of work and house demands, time emerges as a salient issue, and having quality time for the relationship is a challenge largely debated. Further research could also approach this practical issue in its impact on dyadic savoring, on rest, anxiety and stress, and on intimacy. External challenges have been increasingly studied but still require more attention from the research community, as to how couples cope with them and protect their relationship and its pleasurable dimensions (Bodenmann & Randall, 2012; Karney & Bradbury, 2005; Neff & Karney, 2009; Williamson et al., 2013).

Intimacy and FO, discussed in the second and third tensions, are in general accordance with FLC models, as they are the two main issues they usually focus. Regarding intimacy issues, the results underline the already recognized theoretical importance of creating a connection that incorporates in a balanced manner the relational and personal needs of the couple (Caillé, 1991; Ferreira, Narciso, & Novo, 2011). Caillé (1991), for example, talked about the living and dynamic nature of the couple entity, a complex unit that paradoxically survives by the



preservation of its individual parts. Still, most empirical studies have focused more on a comprehension of intimacy related to togetherness and agreement than to individuality, which seems a dimension so interrelated in couples' narratives. Some exceptions exist, mainly within systemic oriented researchers, as, for example, Olson (2000) that highlights the dimension of cohesion that integrates, on one side, individualism, and on the other, fusion; and Ferreira and colleagues work on differentiation, autonomy and intimacy (Ferreira, Narciso, & Novo, 2013). These concepts could therefore be better incorporated both in research protocols and interventions.

As to FO, boundaries are a very common worry in FLC and systemic models (Andolfi et al., 1995; Carter & McGoldrick, 1988; Minuchin, 1974). Where to draw the lines between the autonomy of the new couple unit and the desire and need of connection to FO can be very complex. However, most participants consider that their relationship with both their FO and in-laws is quite well managed and that it remains similar to the one during courtship, as they maintain frequent contact, visits and mutual support. Many participants mentioned already having a previous independent life style, even when they still lived with their parents, mostly related to already having a job, living or working abroad, and also because of occasional cohabitation with the partner. When parents already validate the couple unit and their children's autonomy, results suggest that the transition is not so much about changing the relationship but decreasing intensity in contact and increasing flexibility in existing routines. Also, participants remind us that being an autonomous couple is not always defined by material or even emotional independence from one's FO, but exists within the creation of a new entity that is the focal point of the future, i.e., a new couple is the one that is capable of dreaming of a future together and generating new relationships and projects, such as with friends and future children. So both married and non-marital couples expressed the sense of creating something new but often mentioned this continuity both in the relationship with FO and within the couple relationship itself, specifically when there was a history of occasional cohabitation, stayovers, and/or holidays together. The gerund in Carter and McGoldrick's (1988) designation of this stage, 'becoming a couple', thus seems appropriate not only to translate the developmental processes that take place after moving in together but surely to reflect a construction that has already begun during courtship. This integration of past and future is seen as couples often rely on their shared story and courtship struggles as a strategy to overcome challenges and to enjoy their relationship with more gratefulness, despite the new demands. As the couple's relational story is relevant in distinct ways to the transition, these positive and negative experiences (e.g., autonomy from FO, occasional cohabitation, stayovers, hardships) should be more studied, in

articulation with dimensions, for example, of mutual knowledge, relational pride, resilience and commitment.

Finally, in relation to FO issues, a topic that we believe has not received much attention from recent research is the domain of intergenerational needs. Some couples mentioned they counted on FO's help to support their new family but several couples also mentioned that it was their parents who most needed help, often because of diseases and work related struggles (e.g., unemployment or immigration). In fact, nowadays, the difficult economic context affects all generations and older ones are quite vulnerable to the fast changing work field. These social changes are surely bringing new challenges both to young couples and their parents and are leading families to new tasks and organization.

So, the three tensions, organized around the idea of enjoyment of this new stage alert us to some underexplored dimensions and salient issues of couples. Additionally, the theorizations of what helps to solve challenges or makes something good or enjoyable can also bring some attention to mediators of context influence on the couple. Perceiving the partner as supportive and loyal is frequently mentioned; and finding consensus, showing willingness to change, externalizing the issues and investing in protective routines are intentional relational processes that are present in all three axes. The dimension of rituals, routines and symbols also plays a major role in the consolidation of the transition. As suggested by the results, routines and rituals can be an important aspect of protecting and enhancing couples' time, intimacy and autonomy, as intentional dynamics that they creatively develop to regulate external influences and demands, such as sharing meals and celebrating festive holidays, as some authors have already suggested (Fiese & Parke, 2002; Leon & Jakobvitz, 2003). Also, with the absence of more public rituals, such as the wedding day, more personal rituals can serve the purpose of validation and emotional experience, even after the practical transition of moving in together. With or without a ceremony, it is the meaning that couples give to these moments that speaks of their intentions and the way they see the relationship. Finally, remembering a troubled or hard past and cherishing the present (possible) rewards of the relationship and the commitment that is built along that shared story of resilience are also transversal allies in this challenged marital bliss.

We believe this study is a contribution to the more extensive process of what Walsh (2012) aimed for when discussing the need of more flexible models that highlight couples' salient issues and challenges. The presented model can direct further studies and hypothesis formulation regarding the several indications and suggestions presented above. Still, we wish to consider other possible steps that can also address the limitations of the present study. First of all, care must be taken as the sample is formed mainly by white and highly educated

participants, not representative of the Portuguese population. Portuguese are also naturally a specific population so we do not assume to have captured the experience of western young couples in general, although Portuguese socio-demographics are similar to most socio-demographic statistics presented in other studies. Nonetheless, as in any exploratory qualitative study, it is not intended to generalize the results but to highlight and discuss participants' experiences and expand the frontiers of our knowledge of the specific transition under study. More diverse samples are however recommended. Also, the small amount of participants does not grasp the diversity of paths young couples experience nowadays. It was not our goal to study the meaning of the transition or the differences between marital and non-marital couples but the common experiences of couples who start to share a life and a home. However, further studies could explore and confront these relational statuses to see if there are different arrangements along the axis of the presented model. Regarding the interview format, there are some risks when doing dyadic interviews, but at the same time it allows for a more complex picture of couples' experiences and a co-constructed narrative of their dynamics (cf. Aquilino, 1993). Nonetheless, future research can focus on individual interviews or written reports, which could allow for a more personal and candid exploration of relationship challenges and benefits, and also provide insights on possible gender differences. Additionally, as already said, only longitudinal studies will be able to bring light to the adaptability and impact of specific processes on marital quality and satisfaction, so causal conclusions cannot be made from the presented results.

Despite these limitations, we believe that some implications for practice can be drawn from the study's results, specifically for practitioners that work preventively in the transition to marriage or cohabitation. The theme of enjoyment of the couple relationship and the three tensions discussed can enrich programs' curriculum as well as serve to improve recruitment and marketing strategies. Interventions can support couples to protect and enhance pleasurable moments and intimacy in daily life and routines, through savoring skills, dyadic coping, and protective routines and rituals. However, the focus on togetherness and protection of the couple unit must not neglect the relevance of individuality and personal needs, as well as the richness that other contexts can bring to the couples' lives, such as family and friends. Additionally, house chores and work-family conflicts can be anticipated during sessions through some exercises. In fact, results suggest that couples would benefit from more practical life skills, such as money and time management skills. Creativity and flexibility are also dimensions that can be worked with couples through experiential and more emotional-focused activities. Finally, programs could take into account the couples' stories, challenging them to develop an articulated and developmental view of relationships and improve on intentional decisions and

strategies to continue to invest in the relationship, while treasuring their past. As couples enjoy the opportunity to dream and build a common project, programs can also address their values and support them in creating a shared vision or a sense of mission, which will bind them together through future tensions, challenges and exciting opportunities.

Enjoying the relationship is central to the initial phase of family formation, in its time, intimacy and autonomy dimensions. Challenges from work, house tasks, personal issues and intergenerational needs are demanding on the developing couple, but are also the areas that bring richness and that make special moments and routines so precious. We hope that as major social changes occur but the centrality of couple relationships remains, more exploratory and basic research will be developed concerning what happens during the initial period of living together and that we can continue to improve interventions that aim to strengthen these relationships.

### References

- Andolfi, M., Angelo, C., & Saccu, C. (Eds.). (1995). *O casal em crise*. São Paulo: Summus Editorial.
- Aquilino, W. S. (1993). Effects of spouse presence during the interview on survey responses concerning marriage. *Public Opinion Quarterly*, 57(3), 358-376. doi: 10.1086/269381
- Baxter, L. A. (2010). The dialogue of marriage. *Journal of Family Theory & Review*, 2(4), 370-387. doi: 10.1111/j.1756-2589.2010.00067.x
- Baxter, L. A., & Erbert, L. A. (1999). Perceptions of Dialectical Contradictions in Turning Points of Development in Heterosexual Romantic Relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 16(5), 547-569. doi: 10.1177/0265407599165001
- Berger, R., & Hannah, M. T. (Eds.). (1999). *Preventive Approaches in Couples Therapy*. Philadelphia: Brunner/Mazel.
- Bodenmann, G., Pihet, S., & Kayser, K. (2006). The relationship between dyadic coping and marital quality: A 2-year longitudinal study. *Journal of Family Psychology*, 20(3), 485-493. doi: 10.1037/0893-3200.20.3.485
- Bodenmann, G., & Randall, A. K. (2012). Common factors in the enhancement of dyadic coping. *Behavior Therapy*, 43(1), 88-98. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.beth.2011.04.003>
- Bradbury, T. N., & Karney, B. R. (2004). Understanding and altering the longitudinal course of marriage. *Journal of Marriage and Family*, 66, 862-879. doi: 10.1111/j.0022-2445.2004.00059.x
- Bradbury, T. N., & Lavner, J. A. (2012). How can we improve preventive and educational interventions for intimate relationships? *Behavior Therapy*, 43(1), 113-122. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.beth.2011.02.008>
- Bryant, F. B., & Veroff, J. (2007). *Savoring: A New Model of Positive Experience*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Caillè, P. (1991). *Um e um são três: O casal se auto-revela*. SP, Brasil: Summus Editorial.
- Carrère, S., Buehlman, K. T., Gottman, J. M., Coan, J. A., & Ruckstuhl, L. (2000). Predicting marital stability and divorce in newlywed couples. *Journal of Family Psychology*, 14(1), 42-58.
- Carter, B., & McGoldrick, M. (1988). *The changing family life cycle: A framework for family therapy* (2nd ed.). New York, NY, US: Gardner Press.
- Cherlin, A. J. (2010). Demographic trends in the United States: A review of research in the 2000s. *Journal of Marriage and Family*, 72(3), 403-419. doi: 10.1111/j.1741-3737.2010.00710.x

- Clements, M. L., Stanley, S. M., & Markman, H. J. (2004). Before they said 'I do': Discriminating among marital outcomes over 13 years. *Journal of Marriage and Family, 66*(3), 613-626. doi: 10.1111/j.0022-2445.2004.00041.x
- Costa-Ramalho, S., Pinto, A. M., & Ribeiro, M. T. (2014). *Savoring in couplehood: An adaptation study of the Portuguese version of the Ways of Savoring Checklist*. Manuscript submitted for publication.
- Dominguez-Folgueras, M., & Castro-Martin, T. (2013). Cohabitation in Spain: No longer a marginal path to family formation. *Journal of Marriage and Family, 75*(2), 422-437. doi: 10.1111/jomf.12013
- Driver, J. L., & Gottman, J. M. (2004). Daily marital interactions and positive affect during marital conflict among newlywed couples. *Family Process, 43*(3), 301-314. doi: 10.1111/j.1545-5300.2004.00024.x
- Duvall, E. M., & Miller, B. C. (1985). *Marriage and family development* (6th ed.). Michigan: Harper & Row.
- Falicov, C. J. (1991). *Family transitions: Continuity and change over the life cycle*. New York: Guilford Press.
- Ferreira, L. C., Narciso, I., & Novo, R. (2013). Authenticity, work and change: A qualitative study on couple intimacy. *Families, Relationships and Societies, 2*(3), 339-354. doi: <http://dx.doi.org/10.1332/204674313X668569>
- Ferreira, L. C., Narciso, I., & Novo, R. F. (2011). Intimacy, sexual desire and differentiation in couplehood: A theoretical and methodological review. *Journal of Sex & Marital Therapy, 38*(3), 263-280. doi: 10.1080/0092623X.2011.606885
- Fincham, F. D., & Beach, S. R. H. (2010a). Marriage in the new millennium: A decade in review. *Journal of Marriage and Family, 72*(3), 630-649. doi: 10.1111/j.1741-3737.2010.00722.x
- Fincham, F. D., & Beach, S. R. H. (2010b). Of memes and marriage: Toward a positive relationship science. *Journal of Family Theory & Review, 2*(1), 4-24. doi: 10.1111/j.1756-2589.2010.00033.x
- Fincham, F. D., Stanley, S. M., & Beach, S. R. H. (2007). Transformative processes in marriage: An analysis of emerging trends. *Journal of Marriage and Family, 69*(2), 275-292. doi: 10.1111/j.1741-3737.2007.00362.x
- Gottman, J. M., & Notarius, C. I. (2002). Marital research in the 20th century and a research agenda for the 21st century. *Family Process, 41*(2), 159-197. doi: 10.1111/j.1545-5300.2002.41203.x
- Gottman, J. M., & Silver, N. (1999). *The seven principles for making marriage work*. New York: Three Rivers Press.

- Hahlweg, K., Grawe-Gerber, M., & Baucom, D. H. (2010). *Enhancing couples: The shape of couple therapy to come*. Cambridge, MA, US: Hogrefe Publishing.
- Halford, W. K. (1999). Australian couples in millennium three: A research and development agenda for marriage and relationship education. Canberra: Australian Department of Family and Community Services.
- Halford, W. K. (2011). *Marriage and relationship education: What works and how to provide it*. New York: Guilford Publications.
- Holman, T. B. (2001). *Premarital prediction of marital quality or breakup: Research, theory and practice*. New York: Springer.
- Hsueh, A. C., Morrison, K. R., & Doss, B. D. (2009). Qualitative reports of problems in cohabiting relationships: Comparisons to married and dating relationships. *Journal of Family Psychology, 23*(2), 236-246. doi: 10.1037/a0015364
- Huston, T. L., Caughlin, J. P., Houts, R. M., Smith, S. E., & George, L. J. (2001). The connubial crucible: Newlywed years as predictors of marital delight, distress, and divorce. *Journal of Personality and Social Psychology, 80*(2), 237-252.
- Hutchison, A. J., Johnston, L. H., & Breckon, J. D. (2009). Using QSR-NVivo to facilitate the development of a grounded theory project: an account of a worked example. *International Journal of Social Research Methodology, 13*(4), 283-302. doi: 10.1080/13645570902996301
- Iafrate, R., Bertoni, A., Donato, S., & Finkenauer, C. (2012). Perceived similarity and understanding in dyadic coping among young and mature couples. *Personal Relationships, 19*(3), 401-419. doi: 10.1111/j.1475-6811.2011.01369.x
- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (2005). Contextual influences on marriage: Implications for policy and intervention. *Current Directions in Psychological Science, 14*(4), 171-174. doi: 10.1111/j.0963-7214.2005.00358.x
- Kuperberg, A. (2014). Age at coresidence, premarital cohabitation, and marriage dissolution: 1985–2009. *Journal of Marriage and Family, 76*(2), 352-369. doi: 10.1111/jomf.12092
- LaRossa, R. (2005). Grounded theory methods and qualitative family research. *Journal of Marriage and Family, 67*(4), 837-857. doi: 10.1111/j.1741-3737.2005.00179.x
- Larson, J. H., & Holman, T. B. (1994). Premarital predictors of marital quality and stability. *Family Relations, 43*, 228-237. doi: 10.2307/585327
- Lavner, J. A., & Bradbury, T. N. (2012). Why do even satisfied newlyweds eventually go on to divorce? *Journal of Family Psychology, 26*(1), 1-10. doi: 10.1037/a0025966
- Lebow, J. L. (1999). Building a science of couple relationships: Comments on two articles by Gottman and Levenson. *Family Process, 38*(2), 167-173.

- Manning, W. D., Brown, S. L., & Payne, K. K. (2014). Two decades of stability and change in age at first union formation. *Journal of Marriage and Family, 76*(2), 247-260. doi: 10.1111/jomf.12090
- Manning, W. D., & Smock, P. J. (2002). First Comes Cohabitation and Then Comes Marriage?: A Research Note. *Journal of Family Issues, 23*(8), 1065-1087.
- Manning, W. D., & Smock, P. J. (2005). Measuring and modeling cohabitation: New perspectives from qualitative data. *Journal of Marriage and Family, 67*(4), 989-1002. doi: 10.2307/3600252
- Minuchin, S. (1974). *Families and Family Therapy*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Morris, M. L., & Carter, S. A. (1999). Transition to marriage: A literature review. *Journal of Family and Consumer Sciences Education, 17*(1), 1-21.
- Murray, C. E., & Murray Jr., T. L. (2004). Solution-focused premarital counseling: Helping couples build a vision for their marriage. *Journal of Marital And Family Therapy, 30*(3), 349-358. doi: 10.1111/j.1752-0606.2004.tb01245.x
- Neff, L. A., & Karney, B. R. (2009). Stress and reactivity to daily relationship experiences: How stress hinders adaptive processes in marriage. *Journal of Personality and Social Psychology, 97*(3), 435-450.
- Niehuis, S., Huston, T. L., & Rosenband, R. (2006). From courtship into marriage: A new developmental model and methodological critique. *Journal of Family Communication, 6*(1), 23-47. doi: 10.1207/s15327698jfc0601\_3
- Observatório das Famílias e das Políticas de Família. (2013). Relatório 2012: Observatório das Famílias e das Políticas de Família. Lisboa: Instituto de Ciências Sociais.
- Olson, D. H. (2000). Circumplex Model of Marital and Family Systems. *Journal of Family Therapy, 22*(2), 144-167. doi: 10.1111/1467-6427.00144
- Pihet, S., Bodenmann, G., Cina, A., Widmer, K., & Shantinath, S. (2007). Can prevention of marital distress improve well-being? A 1 year longitudinal study. *Clinical Psychology & Psychotherapy, 14*(2), 79-88. doi: 10.1002/cpp.522
- Rhoades, G. K., Stanley, S. M., & Markman, H. J. (2009). Working with Cohabitation in Relationship Education and Therapy. *Journal of Couple & Relationship Therapy, 8*(2), 95-112. doi: 10.1080/15332690902813794
- Rogge, R. D., Bradbury, T. N., Hahlweg, K., Engl, J., & Thurmaier, F. (2006). Predicting marital distress and dissolution: Refining the two-factor hypothesis. *Journal of Family Psychology, 20*(1), 156-159.
- Schramm, D. G., Marshall, J. P., Harris, V. W., & Lee, T. R. (2005). After "I Do": The newlywed transition. *Marriage & Family Review, 38*(1), 45-67. doi: 10.1300/J002v38n01\_05



- Sexton, T. L. (2012). The challenges, focus, and future potential of systemic thinking in couple and family psychology. *Couple and Family Psychology: Research and Practice, 1*(1), 61-65. doi: 10.1037/a0027513
- Shulman, S., & Connolly, J. (2013). The challenge of romantic relationships in emerging adulthood: Reconceptualization of the field. *Emerging Adulthood, 1*(1), 27-39. doi: 10.1177/2167696812467330
- Stanley, S. M., Rhoades, G. K., & Markman, H. J. (2006). Sliding versus Deciding: Inertia and the premarital cohabitation effect. *Family Relations, 55*(4), 499-509. doi: <http://dx.doi.org/10.1111/j.1741-3729.2006.00418.x>
- Stanton, M., & Welsh, R. (2012). Systemic thinking in couple and family psychology research and practice. *Couple and Family Psychology: Research and Practice, 1*(1), 14-30. doi: 10.1037/a0027461
- Storaasli, R. D., & Markman, H. J. (1990). Relationship problems in the early stages of marriage: A longitudinal investigation. *Journal of Family Psychology, 4*(1), 80-98. doi: 10.1037/0893-3200.4.1.80
- van Dulmen, M. H. M., Claxton, S. E., Collins, W. A., & Simpson, J. A. (2014). Work and love among emerging adults: Current status and future directions. *Emerging Adulthood, 2*(1), 59-62. doi: 10.1177/2167696813516092
- Walsh, F. (2012). The new normal: Diversity and complexity in 21st-century families. In F. Walsh (Ed.), *Normal family processes: Growing diversity and complexity* (4th ed., pp. 3-27). New York: Guilford Press.
- Williamson, H. C., Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (2013). Financial strain and stressful events predict newlyweds' negative communication independent of relationship satisfaction. *Journal of Family Psychology, 27*(1), 65-75. doi: 10.1037/a0031104
- Willoughby, B. J., Carroll, J. S., & Busby, D. M. (2012). The different effects of "living together": Determining and comparing types of cohabiting couples. *Journal of Social and Personal Relationships, 29*(3), 397-419. doi: 10.1177/0265407511431184



## **Capítulo V. Discussão integrada**



## Integração dos principais resultados

Transversal a todas as linhas desta dissertação encontra-se o desejo de contribuir para o desenvolvimento de uma intervenção preventiva no domínio das relações conjugais que seja relevante para o contexto português. Fundamentados na pertinência e potencial das intervenções de EPC, e conscientes das suas limitações, quisemos aceitar o desafio de construir um diferente modelo de programa, partindo da abordagem eco-sistémica, especificamente da segunda cibernética (e.g., Alarcão, 2006), integrando reflexões dos autores clássicos com modelos pós-modernos, ligados à perspectiva construtivista e da construção social (e.g., Carr, 2008), e desenhado particularmente para os relacionamentos amorosos dos jovens portugueses. Cada estudo procurou contribuir de formas específicas, exploratórias, para este alvo, tendo em conta a escassez de estudos nacionais neste domínio. Assim, para orientar a discussão, recorreremos às diversas componentes de um programa preventivo, conforme a estrutura apresentada recentemente por Duncan e Goddard (2011a) e a incluída no primeiro estudo, de reflexão teórica, considerando as implicações dos diversos resultados para as mesmas e integrando-os com a literatura apresentada no Enquadramento Geral. Em primeiro lugar, reflectimos sobre o tema ou problema central da intervenção, especificamente a população-alvo, e seu recrutamento. De seguida, discutimos as questões de avaliação nas suas múltiplas vertentes e as temáticas a incluir no programa. Por último, é feita uma reflexão prática sobre metodologias de intervenção e o papel da equipa de intervenção, terminando-se com uma síntese, na forma da apresentação geral do programa, *Casa(l) em Construção*.

### População-alvo

Tendo como objectivos seleccionar e reflectir sobre o modelo teórico, o protocolo de avaliação e os conteúdos pertinentes para a EPC, a investigação realizada fez-nos contudo compreender a necessidade de explorar a questão mais estruturante e inicial de, para quem a intervenção? Assim, é essencial uma reflexão sobre a população-alvo. Desde o início do projecto de doutoramento que planeávamos uma intervenção junto de jovens casais na transição para a conjugalidade. Ora, com a revisão dos dados sociodemográficos da realidade conjugal e familiar em Portugal e posteriormente com a realização dos *focus groups*, incluídos no segundo estudo, tornou-se clara a dificuldade de definição dessa mesma população, especificamente no que respeita à multiplicidade de significados da coabitação. Tradicionalmente, os programas de EPC eram programas de preparação para o casamento, sendo fácil definir que a população-alvo seria, então, o casal noivo. De facto, vários estudos que focam, quer esta fase do ciclo vital da família, quer programas de EPC, definem os noivos como a sua amostra, permitindo a redução de “zonas cinzentas” (e.g., Clements et al., 2004; Fowers & Olson, 1992; Fowers, Veingrad, &

Dominicis, 2002; Sullivan & Anderson, 2002; L. M. Williams, 1992). No entanto, os nossos resultados reforçam os dados sociodemográficos que salientam que as “zonas cinzentas” são hoje a norma, pelo que uma opção por incluir apenas qualquer pólo “preto/branco” só serviria para excluir a maioria dos jovens portugueses, especificamente os da zona da Grande Lisboa, alvos primordiais da nossa proposta de intervenção<sup>47</sup>. Esta flexibilização dos contornos é, sem dúvida, um desafio a paradigmas de investigação positivistas muito estruturados mas é um passo que devemos dar, se pretendemos ser relevantes nas relações actuais ao mesmo tempo que desejamos manter a integridade das nossas investigações e intervenções (Chang & Nylund, 2013). A população-alvo transforma-se assim de noivos, em noivos sem coabitação prévia, noivos com coabitação prévia, casais recém-casados, casais recém-coabitantes, no fundo, casais comprometidos no geral que queiram construir um projecto de casal, um lar. De facto, a casa do casal parece ser uma dimensão unificadora das diversas realidades relacionais, no sentido em que, independentemente do processo, motivos ou decisões do casal, a partilha do mesmo espaço, numa construção do “nosso” espaço (já não o “teu” ou “meu”, já não o dos pais), apresenta-se como definidora da própria relação e situa o casal de forma pragmática nas tarefas da transição para a conjugalidade<sup>48</sup>. Começa-se assim a desenhar mais claramente o que viria a ser escolhido como nome da intervenção, *Casa(l) em Construção*.

Embora indicativos, os dados quantitativos recolhidos para a validação dos dois instrumentos permitem-nos também conhecer um pouco melhor o contexto e vivências relacionais dos jovens numa fase de namoro. Como vários autores afirmam, conhecer as características da população-alvo é fundamental para o desenvolvimento de programas que pretendem ser empírica e socialmente fundamentados (Duncan et al., 2007; Hawkins et al., 2004). Acompanhando as alterações sociais do país, o contexto pessoal, familiar e relacional dos jovens namorados assume novos contornos. Fruto da análise descritiva dos dados recolhidos para o terceiro estudo, conhecemos que, a nível pessoal, 35% dos participantes afirmaram não ter qualquer crença religiosa, e, dos que se identificavam com alguma religião, cerca de 33% considerou-se não praticante, reforçando assim a leitura de uma acentuada secularização das camadas jovens da população portuguesa. Em 26% dos jovens, um ou ambos os pais eram

---

<sup>47</sup> De recordar que, na zona da Grande Lisboa, o número de pessoas que viveram juntas antes de casar atinge os 61,5% (Observatório, 2013).

<sup>48</sup> Alarcão (2006), na clarificação conceptual do que entende por casamento na sua obra, descreve-o genericamente como “a ligação afectiva entre duas pessoas que, vivendo sob o mesmo tecto, prosseguem um projecto comum de vida familiar.” (p. 115). Reforça, assim, a dimensão de espaço nesta definição, assim como a perspectiva de futuro, que será discutida posteriormente neste capítulo.

divorciados. Cerca de 90% dos participantes tinham vida sexual activa na relação presente, cerca de 36% respondeu dormir pontual ou frequentemente em casa do par amoroso, e apenas 22% afirmaram desejar viver juntos apenas no caso de casarem. A relação de namoro preenche-se, assim, com uma intimidade antes exclusiva da conjugalidade, e despe-se da antevisão da mesma apenas no contexto do casamento e do namoro como caminho para este. Dezoito por cento dos jovens tinham planos específicos de casar e, pelo contrário, apenas 6,4% afirmaram não ter desejo de casar um dia. De facto, como sugerido no estudo fruto dos *focus groups* (estudo 2) e verificado no estudo quantitativo de validação da escala de Atitudes face ao Casamento (estudo 3), o casamento continua a ser visto com alguma positividade, mas tal não é incompatível com a aceitação generalizada da coabitação como percurso relacional ou do divórcio como opção possível para um casamento insatisfatório. Talvez até de forma algo paradoxal, a importância do casamento é sentida através dos discursos dos jovens que, nos *focus groups*, apontam a coabitação como uma forma de testar a relação antes de dar o passo do casamento, fazendo-nos reflectir, com Lauer e Yodanis (2010), que não se verifica uma desvalorização social ou institucional do casamento generalizada entre os jovens mas sim um clima de insegurança e receios relacionais, fruto de experiências pessoais dolorosas de divórcio na família ou da mera constatação da frequência do fenómeno (Stanley et al., 2011). Adicionalmente, conhecemos ainda através dos dados dos *focus groups* e igualmente dos do último estudo, com casais recém-coabitantes e casados, que viver juntos surge frequentemente como resposta a motivos pragmáticos, como falta de tempo para estar com o par amoroso, questões económicas e outras barreiras existentes durante o namoro. A transição para a coabitação não surge, assim, em ambas as situações, necessariamente ligada a um maior nível de compromisso. De facto, os dados do quarto estudo, sobre o compromisso em diferentes estatutos relacionais, reforçam ainda mais esta dimensão, ao encontrar diferenças significativas entre os níveis de compromisso dos participantes casados e os em união de facto, sendo os destes significativamente inferiores aos dos primeiros. Como diversos estudos sugerem (Rhoades et al., 2006, 2009b; Stanley & Rhoades, 2009; Stanley et al., 2011; Stanley, Rhoades, et al., 2006; Stanley, Whitton, & Markman, 2004) e alguns dados sociodemográficos atestam<sup>49</sup>, esta transição pode constituir uma trajectória de maior risco de dissolução relacional, contrariando os desejos e expectativas de muitos jovens.

---

<sup>49</sup> Relembre-se o apresentado no Enquadramento Geral, que o risco de divórcio, entre outras variáveis indicativas de baixa qualidade relacional, é maior em casais com coabitação prévia ao noivado do que casais que foram viver juntos só depois do casamento ou depois duma decisão formal de casar (e.g., Rhoades et al., 2009b).

Por fim, na amostra quantitativa abordada no estudo três, apenas 2,5% dos inquiridos tinham filhos; todavia, um dos participantes do sexto estudo estava à espera de um bebé numa relação anterior e, segundo a evolução dos dados neste domínio em Portugal, cada vez mais pessoas têm filhos fora do casamento, pelo que esse poderá ser um dado a considerar na elaboração dos programas, em possíveis variações do formato.

### **Recrutamento e divulgação**

Ora a diversidade da população-alvo acarreta, certamente, maiores desafios ao recrutamento e divulgação do projecto. Como sugerem Fincham e colaboradores (Fincham, Stanley, & Rhoades, 2011), é muito menos provável, por exemplo, que casais coabitantes e não religiosos participem em programas de desenvolvimento conjugal, pelo que deve ser desenvolvido um esforço intencional para os atrair. Por ser, em Portugal, uma intervenção muito associada aos Cursos de Preparação Matrimonial, desenvolvidos pela Igreja Católica, e por não haver um conhecimento, por parte da população em geral, de alternativas seculares ou do que é feito no estrangeiro, sabemos que o grande desafio será “quebrar pedra”, trilhar um novo caminho, desbravar mares. O sexto estudo, focado nos recursos e desafios contextuais dos casais de namorados, alerta-nos ainda mais para possíveis barreiras à divulgação e recrutamento, dada a distância existente entre os jovens e as organizações comunitárias locais e, especificamente, os técnicos da área da família e do casal, muito associados a intervenções de terapia individual ou de último recurso, e nem sempre bem-vindos na sua interferência. De facto, não nos parece exagerado afirmar que em Portugal não existe uma cultura de participação em programas de prevenção e promoção relacional. Ao reflectir sobre este tema no contexto da Itália, um grupo de autores (Bradbury et al., 2010) aponta três dificuldades centrais em fomentar estes programas na cultura italiana, as quais julgamos poderem ser facilmente aplicáveis à portuguesa. Em primeiro lugar, apesar dos argumentos a favor da prevenção, este assunto continua grandemente ignorado pelos políticos e agentes de decisão em Portugal. Como na Itália, os poucos esforços que já existem vão no sentido da prevenção da violência no namoro e, principalmente, da intervenção na parentalidade, negligenciando a relação de casal e a sua promoção. Aqui é importante referir não só a investigação apontada no Capítulo I sobre o impacto do subsistema conjugal no sucesso parental e as consequências nefastas da sua dissolução no bem-estar das próprias crianças, mas também salientar estudos recentes que têm demonstrado que intervenções na conjugalidade têm implicações positivas, quer ao nível conjugal, quer parental, enquanto intervenções exclusivamente focadas na parentalidade só têm impacto nesta (Halford & Petch, 2010; Pape Cowan & Cowan, 2005; Alyson F. Shapiro & Gottman, 2005). Em segundo lugar, a família, especialmente o casal, é vista



como algo do foro privado, quase secreto, veja-se o provérbio português “Entre marido e mulher, ninguém ponha a colher”, pelo que imaginar a intervenção de terceiros ou a partilha num contexto de grupo de questões relacionais pode ser considerado ameaçador à própria relação. Em terceiro lugar, na sequência desta ideia, os autores destacam aquilo a que chamam o “mito do naturalismo”, ou seja, a ideia que as relações de casal “evoluem naturalmente numa direcção positiva sem necessidade de promoção”<sup>50</sup> (p.234). Esta ideia encontra-se claramente no estudo 6, quando os casais de namorados foram questionados sobre as suas atitudes face a técnicos do casal e da família; “se não conseguimos lidar com os nossos assuntos, é porque não é para estarmos juntos”, dizia um casal. Consideramos que, para tal, um esforço intencional e intenso de marketing será necessário, estando conscientes das dificuldades que tal empreendimento acarreta.

Por isso consideramos tão relevante ter ouvido as opiniões relativas aos conteúdos que os casais de namorados valorizam e consideram pertinentes, traduzidas no quinto estudo. Este abre-nos, assim, caminhos de entendimento não só das respectivas necessidades antecipadas (discutidas mais à frente, na secção *Temas*), mas também do que esperariam estes jovens ver num programa de EPC. Compreendemos as limitações desta população como informadores das necessidades dos casais recém-casados/coabitantes mas consideramos que são informadores essenciais do que atrairá jovens que ainda não experienciaram essa transição, sendo que estes são, no fundo, os principais alvos dos programas preventivos. Em síntese, os jovens namorados esperam ver abordadas questões de comunicação, especificamente como comunicar e resolver problemas, a dimensão do equilíbrio entre o estar atento ao outro, cuidar da relação e manter um espaço de individualidade, questões práticas, como a gestão de finanças, e a importância de conhecer bem o outro e reflectir sobre compatibilidades. Estes temas podem ser incluídos nos materiais de divulgação do programa, como num *website*, redes sociais, ou outros meios de *marketing*. Também as considerações feitas em relação à população alvo nos alertam para a necessidade de não focar a divulgação do programa apenas em contextos normalmente associados ao casamento mas considerar espaços vocacionados para a juventude e relacionados com a construção da casa.

## Avaliação

Como enunciado nos objectivos dos estudos que constituem o presente trabalho, pretendia-se contribuir para os processos avaliativos da intervenção a desenvolver. Estes dividem-se em três eixos: avaliação dos resultados / *outcomes* da intervenção, avaliação do processo e avaliação das necessidades.

---

<sup>50</sup> Tradução da autora.

*Avaliação dos resultados / impacto do programa*

No que respeita à avaliação do impacto do programa, coloca-se desde logo a necessidade de reflectir sobre a conceptualização de qualidade conjugal que tem sido comumente incluída nos protocolos de avaliação dos mais conhecidos programas de EPC. Como referido no primeiro capítulo, a escala mais frequentemente usada é o Locke-Wallace *Marital Adjustment Test* (MAT, Locke & Wallace, 1959) ou uma escala muito semelhante, que retira daquela diversos itens, a Spanier *Dyadic Adjustment Scale* (DAS, Spanier, 1976). No entanto, vários autores têm encontrado diversas limitações nestas medidas. Shapiro e Gottman (2005), por exemplo, consideram que quer a MAT quer a DAS são inapropriadas para a avaliação dos *outcomes* de programas de intervenção, por dependerem dos casais avaliarem a sua satisfação perto de perfeita ou mostrarem acordo em quase todas as dimensões centrais da vida conjugal, o que pode beneficiar tremendamente casais que evitam o conflito e prejudicar inclusive aqueles que, fruto duma intervenção de promoção relacional, decidem enfrentar as suas diferenças e assumir as suas discordâncias. Além destas medidas gerais de qualidade, outras são incluídas de acordo com os modelos teóricos e os objectivos delineados pelos autores. Se no programa PREP, por exemplo, os *skills* de comunicação são centrais pelo papel que ocupam nos modelos cognitivo-comportamentais, são também o objectivo da intervenção e a respectiva medida de eficácia. Como vimos no Enquadramento Geral, a centralidade do treino de competências de comunicação, principalmente da forma como tem sido aplicada, tem sido largamente questionada, pelo que diversos autores têm afirmado que a avaliação dos programas oferece, assim, uma perspectiva muito limitada das relações conjugais e têm, conseqüentemente, desafiado os investigadores a fazerem revisões profundas ou a desenvolverem novas intervenções com novos protocolos que tragam uma visão mais holística e rica das dimensões a promover nos relacionamentos conjugais (Bradbury et al., 2010; Bradbury & Lavner, 2012; Hawkins et al., 2012). Consideramos que os modelos eco-sistémicos permitem-nos, de facto, elaborar objectivos mais holísticos e atender às diversas dimensões da complexidade conjugal, procurando incluir, sem dúvida, as comportamentais mas igualmente as afectivas-éticas e as cognitivas, reflectindo, igualmente, que não só os contextos têm impacto no casal, como este pode ter um papel transformador e até contributivo dos e para os mesmos (Narciso & Ribeiro, 2009). Daí a importância de incluir num protocolo de avaliação um maior leque de instrumentos, que, na procura de não sobrecarregar os participantes, possam capturar a complexidade das relações e traduzir, até, de forma mais clara, o sucesso na gestão das necessidades e desafios apontados.

As duas escalas validadas para a população portuguesa, presentes no terceiro (escala de Atitudes face ao Casamento) e quarto estudos (Escala de Compromisso Pessoal), parecem-nos

pertinentes para inclusão neste protocolo, pelas dimensões que avaliam, por serem, de facto, breves e pela possibilidade de serem usadas quer junto de pessoas solteiras quer casadas ou coabitantes, permitindo a sua aplicação numa fase de pré- e pós-avaliação da intervenção. Adicionalmente, a Escala de Compromisso Pessoal é frequentemente usada para avaliação de programas de EPC, permitindo delinear comparações entre países e diferentes intervenções. Assim, no terceiro estudo, procurámos validar para a população portuguesa a escala de Atitudes face ao Casamento (Braaten & Rosen, 1998), recorrendo também a indicadores de atitudes face ao divórcio e coabitação que podem ser incluídos na avaliação da dimensão cognitiva. Relativa à dimensão afectiva e ética, consideramos pertinente a inclusão de três instrumentos já validados para a população portuguesa: a *Relationship Rating Form - Revised* (RRF-R, adapt. por Lind, 2008)<sup>51</sup>, como medida geral de qualidade mas também por incluir dimensões como paixão e confiança (sub-escalas); a escala de intimidade, *Personal Assessment of Intimacy in Relationships Scale* (PAIR, adapt. por Moreira, Amaral, & Canavarro, 2009), cujo modelo de base integra uma visão sistémica da necessidade de equilíbrio entre fusão e autonomia no casal; e a apresentada no quarto estudo do presente trabalho, a Escala de Compromisso Pessoal (ECP). Na componente comportamental, podemos considerar a sub-escala Comunicação da PAIR, e a de Conflitos da RRF-R. Adicionalmente, consideramos, também, muito relevante a recente consideração, pela investigação internacional, da variável de *coping* diádico, salientada por Bodenman e sua equipa (Bodenmann et al., 2006; Bodenmann & Randall, 2012; Bodenmann & Shantinath, 2004; Donato et al., 2012; Widmer & Bodenmann, 2009), que aponta para a resolução conjunta e sintonização emocional do casal, face aos desafios externos que vivem no dia-a-dia, e cuja escala de avaliação se encontra adaptada para português (Vedes, Nussbeck, Bodenmann, Lind, & Ferreira, 2013). Por fim, principalmente fruto dos resultados do último artigo empírico, consideramos de grande pertinência a inclusão da dimensão de *savoring*, avaliada pela escala *Ways of Savoring Checklist* (WOSC, Bryant & Veroff, 2007), que se encontra também traduzida e adaptada para a população nacional, no contexto da relação diádica (Costa-Ramalho, Pinto, & Ribeiro, 2014), num trabalho inovador de avaliar a capacidade do casal de usufruir e aproveitar a vivência dos momentos prazerosos do seu dia-a-dia.

Não obstante as críticas referidas acima, consideramos poder ser pertinente a inclusão da DAS (adapt. portuguesa por Gomez & Leal, 2008), por possibilitar comparações com outros estudos internacionais, uma vez que é dos instrumentos mais utilizados no domínio das relações conjugais, e, igualmente, por incluir um inventário de dimensões centrais da relação conjugal,

---

<sup>51</sup> Uma breve descrição da RRF-R encontra-se no estudo de validação da Escala de Compromisso Pessoal (estudo 4), por ter servido para o estudo de validade concorrente.

permitindo, assim, a identificação de áreas específicas de desafios para o casal, como, por exemplo, a relação com a família de origem (do próprio e do par amoroso). Pela sua centralidade na compreensão sistémica do casal, a avaliação da dimensão da família de origem é, adicionalmente, proporcionada pelo uso do Mapa de Recursos do Casal, instrumento descrito no sexto estudo, e pela entrevista que se prevê realizar inicialmente com cada casal, podendo ainda ser complementada pelo recurso ao genograma (McGoldrick, Gerson, & Petry, 2008) e ao mapa das redes sociais (Sluzki, 2010), conciliando o duplo objectivo de avaliação e intervenção<sup>52</sup>.

Por fim, naturalmente, a aplicação do protocolo deve ser feita antes e após a intervenção, com o objectivo também de acompanhar, em *follow-up*, os participantes da intervenção (e.g., seis meses, um ano e ainda três anos após o programa).

#### *Avaliação do processo*

Principalmente numa fase de desenvolvimento e aplicação de uma nova intervenção, em fase piloto, mas mesmo no caso de programas já estabelecidos cientificamente, é importante priorizar a avaliação contínua da intervenção, seja da adequação das metodologias e dos conteúdos, seja das aprendizagens e questões dos participantes que vão surgindo ao longo das sessões. Esta dimensão, praticamente excluída de programas estruturados, em que existe um protocolo rígido a seguir, é mais facilmente incluída em currículos semi-estruturados, que por princípio incluem flexibilidade, e que permitem, assim, que se vá adequando a intervenção e fazendo possíveis correcções. Como indicado no primeiro artigo, esta avaliação deve ser feita pela equipa de intervenção, reflectindo sobre cada sessão, mas também pelos participantes através, por exemplo, de uma caixa de sugestões/dúvidas e de uma pequena reflexão por escrito, elaborada no fim de cada sessão. Após o término do programa, a realização de *focus groups* deve também ser considerada, sendo que esta metodologia tem sido usada diversas vezes na avaliação de programas da esfera da educação relacional (e.g., Daire, Harris, Carlson, Munyon, Rappleyea, Beverly, & Hiett, 2012; Perez, Brown, Whiting, & Harris, 2013)

#### *Avaliação das necessidades*

A avaliação das necessidades é, sem dúvida, um eixo central desta dissertação, com duas componentes principais. Em primeiro lugar, através dos artigos quantitativos e da construção do guião semi-estruturado das entrevistas aos jovens casais, procurou-se desenvolver um protocolo que não só avaliasse o impacto da intervenção, como acima referido, mas que também permitisse a avaliação das necessidades dos participantes, num primeiro

---

<sup>52</sup> Ver Apêndice A, para exemplos da aplicação destes instrumentos no programa, *Casa(l) em Construção*.

encontro com a equipa de intervenção. Em segundo lugar, de forma transversal, toda a dissertação procura solicitar a explicitação das necessidades e recursos dos jovens casais portugueses, quer numa fase de namoro, antecipando possíveis áreas sensíveis na transição para a conjugalidade, quer já na vivência da própria transição. Pela articulação estreita que esta segunda componente tem com a reflexão sobre que temas incluir no programa de EPC, ela será referida na secção abaixo, *Temas e actividades*.

Assim, no que respeita à primeira componente, consideramos ser útil realizar-se uma curta entrevista com o casal, num formato reduzido da entrevista aplicada neste trabalho (ver Apêndice E). Tal incluiria assim, uma pequena exploração da história do casal, da sua antevisão do futuro, do seu Mapa dos Recursos e do inventário de dimensões (e.g., poder-se-ia usar a escala DAS). A própria aplicação e análise do protocolo quantitativo poderá proporcionar pistas para os temas que melhor poderão servir o casal. Como foi, também, alvo de reflexão em alguns artigos, a entrevista diádica pode ser complementada com a possibilidade de, individualmente, os participantes escreverem áreas de vulnerabilidade da relação e expectativas pessoais face à intervenção, ultrapassando alguns constrangimentos possíveis de expor, numa fase tão inicial da relação, com um técnico, as vulnerabilidades ou receios relativos à relação.

### **Temas e actividades**

Tendo como objectivo central informar o desenvolvimento de um programa de EPC para o contexto português, a avaliação das necessidades, como referido acima, assumiu um destaque transversal, adoptando diversas formas ao longo dos vários estudos e, inclusive, na reflexão inicial, ao reflectir sobre os dados sociodemográficos da população portuguesa e sobre a investigação feita no domínio. Contudo, considerámos, desde o início, que abordar directamente os jovens casais portugueses seria fundamental, não só tendo em conta as melhores práticas de desenvolvimento de programas de prevenção (Duncan & Goddard, 2011a; Nation et al., 2003) mas também pelos contornos da abordagem teórica adoptada, na sua valorização do papel activo dos participantes/clientes, considerados os especialistas em primeira mão das suas vidas e cujos significados e experiências podem enriquecer a aplicabilidade dos conteúdos incluídos no programa, ao contrário de uma abordagem que considere apenas a equipa de técnicos como perita no domínio na intervenção (Stanton & Welsh, 2012).

Ao longo dos diversos estudos, as vozes dos participantes foram expressando desafios e recursos, forças e lutas, medos e expectativas, numa constante dialéctica de tensões intra e inter áreas, não necessariamente negativas ou positivas. Este processo de compreensão dos movimentos dinâmicos da vida diária dos casais assume maior expressão no último estudo, em

que as tensões emergem dos dados de forma clara. Numa articulação com a revisão da literatura, procuramos, de seguida, traduzir as necessidades expressas e os diversos dados dos estudos em conteúdos para a intervenção, procurando captar, de forma equilibrada, as diversas dimensões da conjugalidade, dentro duma perspectiva eco-sistémica da relação conjugal: as dimensões afectiva-ética, cognitiva e comportamentais (Narciso & Ribeiro, 2009), que se articulam então com a dimensão social e contextual, em movimentos protectores mas também criativos, ou como diria lafrate e colaboradores, generativos (Bradbury et al., 2010; lafrate et al., 2010). Naturalmente, algumas áreas fundamentais a ser incluídas são já consideradas noutros programas, como a comunicação e a resolução de problemas, a intimidade e o compromisso. Outras consideramos serem um contributo mais directo e inovador dos estudos realizados, como a influência do contexto económico e político, as exigências e precaridade do trabalho, as necessidades intergeracionais da família, entre outros que discutimos então de seguida.

### *Crenças e expectativas*

Frequentemente, os programas de EPC, como são direccionados para noivos, procuram alertar os participantes para crenças irrealistas, ou “mitos”, face ao casamento, como, por exemplo, o presente nos contos de fadas, “casaram e viveram felizes para sempre” (Larson, 2003). No entanto, percebemos, ao longo deste trabalho, a centralidade da ambiguidade e de atitudes por vezes cépticas face ao sucesso conjugal. Em Portugal, verificou-se uma mudança algo rápida do discurso social tradicional do casamento como momento de transição no percurso familiar dos jovens, para uma normatização da coabitação, i.e., a adopção da coabitação como trajectória mais benéfica e até protectora. Ora como tem sido referido, estas são crenças que dificilmente se coadunam com os resultados da investigação na área, sendo que a coabitação é de facto considerada uma trajectória de risco, pela sua componente frequente de *sliding*, de ausência de reflexão e discussão de expectativas face à relação e ao passo a dar (e.g., Rhoades et al, 2009b). Os dados dos estudos quantitativos, alinhados com a investigação existente, demonstram que a coabitação está associada a atitudes menos positivas face ao casamento e menores níveis de religiosidade, que pode explicar a escolha de uma alternativa compatível com os valores mais seculares dos casais, mas potencialmente de maior risco relacional. Se os rituais e a religiosidade são ambas dimensões frequentemente apontadas como protectoras, o programa de EPC poderá ser um momento não só para desconstruir concepções irrealistas mas até para assinalar essa mesma dimensão ritualística, de encanto das relações, criando momentos seguros para reflectir sobre expectativas e crenças, sobre o futuro da relação, criando, podemos dizer, uma certa “magia” que ultrapassa a pragmaticidade dos motivos que levam tantos a viver juntos e que introduz uma vertente metafórica de criação de

uma entidade externa a cada elemento do casal. Ao mesmo tempo, o artigo de validação da escala de Atitudes Face ao Casamento (AFC; estudo 3) mostra-nos uma tendência geral positiva nas AFC, principalmente quando vemos que os jovens continuam a achar que o casamento pode ser uma experiência de felicidade e ao mesmo tempo de permanência. O mesmo estudo sugere também que as AFC e AC e AD não são dimensões polarizadas mas conciliáveis, sendo que alguém com uma atitude positiva face ao casamento, também a terá face à coabitação e ao divórcio, numa possível integração de que “tudo é válido”, de acordo com a individualidade de cada um, característico dum pensamento pós-moderno, pelo que também devem ser abordados mitos relativos ao casamento (Larson, 2003; Lazarus, 2001) e às vantagens muitas vezes atribuídas ao divórcio, apresentando alternativas de resolução possível e benéfica para o casal, possíveis (futuros) filhos e comunidades envolventes. Os próprios participantes, no quinto estudo, referem a importância de incluir tempos de reflexão sobre crenças e expectativas face ao casamento/coabitação, necessidade por vezes referida ao discutirem os desafios e dificuldades que observam, ao seu redor, na manutenção de relacionamentos conjugais positivos e estáveis, por exemplo, de familiares e amigos.

Assim, percebemos que, quer face ao casamento, quer face à coabitação e divórcio, existem expectativas e crenças desadequadas, atribuindo à própria opção conjugal valor em si mesma, como se, por exemplo, a coabitação *per se* trouxesse mais verdade e segurança (lembramo-nos duma jovem que, nos *focus groups* [estudo 1], afirmava que não precisava de um papel – de casamento –, para validar a sua relação e que considerava que o casamento era procurado por muitos para benefícios legais). Outra crença, presente principalmente no sexto artigo, focado nos contextos, é a ideia, já referida na secção anterior, de que as relações se desenvolvem espontaneamente, como se contivessem em si dimensões intrínsecas. O texto seguinte ilustra estas ideias, focando o casamento, mas passível de aplicação à coabitação:

“Marriage box: most people get married believing a myth that marriage is a beautiful box full of all the things they have longed for: companionship, intimacy, friendship, etc. The truth is that marriage at the start is an empty box. You must put something in before you can take anything out. There is no love in marriage. Love is in people. And people put love in marriage. There is no romance in marriage. You have to infuse it into your marriage. A couple must learn the art and form the habit of giving, loving, serving, praising, of keeping the box full. If you take out more than you put in, the box will be empty.” (Autor desconhecido)

Naturalmente que a ideia da “caixa vazia” é discutível, visto que, naturalmente, o casamento em si como instituição civil traz alguns aspectos inerentes (e.g., o enquadramento relacional pode ser entendido como a forma da caixa, seus contornos e materiais), mas a ideia

presente na citação não é de excluir, e pode ser estendida à relação comprometida no geral, seja casamento seja a decisão de ir viver junto. Assim, interessa a forma da caixa e o que se coloca dentro dela, mas o que se espera que ela tenha já lá dentro cria igualmente uma dinâmica de risco ou sucesso. Tal é transversal a todas as pessoas que vão viver juntas; de alguma forma todas esperam que isso contenha ou exclua determinadas coisas e, como a literatura nos alerta, dentro do próprio casal não devemos assumir que as expectativas são as mesmas (Rhoades et al., 2006). Para vários, a coabitação pode ser uma caixa mais atractiva por ter menos riscos, por implicar menos dor na separação<sup>53</sup>. Para alguns, a caixa do casamento pode trazer lembranças de discussões, separação e divórcio parental ou de familiares e amigos. Assim, clarificar expectativas e crenças face ao futuro e face às opções e dinâmicas relacionais é fundamental (Rhoades et al., 2009c).

Como sugestão de actividade de exploração das expectativas relacionais, pode ser pedido aos participantes que escrevam numa numa folha e colocam dentro de uma caixa o que esperam da relação e explorar-se em conjunto este tema. Esta dinâmica pode também ser isomórfica do próprio processo de intervenção, e servir igualmente para explorar expectativas e dedicação ao processo de EPC.

#### *Compromisso e desenvolvimento relacional*

Esta reflexão leva-nos, como num rio, à centralidade da dimensão do compromisso. Como Stanley (2001), cremos que um programa de EPC pode ser fundamental na transmissão da mensagem que uma relação estável e de qualidade tem imenso valor e que vale a pena investir e lutar por ela. Ao incluirmos diversidade de vivências relacionais, como descritas na secção da população-alvo, sabemos que esta componente poderá ser uma questão, embora a própria vinda dos casais a um programa destas características demonstre em si um grande passo de dedicação à relação. Vários autores apontam realmente para a centralidade desta variável e sua variabilidade de acordo com o estatuto relacional (Scott et al., 2013; Stanley, Rhoades, & Whitton, 2010; Stanley et al., 2004; Tran & Simpson, 2009), sendo esta relação também confirmada no nosso estudo sobre compromisso (estudo 4), em que casais coabitantes e em união de facto não diferem em termos de compromisso dos namorados mas diferem dos casais casados. Adicionalmente, é importante considerar as questões sociais e económicas que rodeiam as relações, compreendendo que diversos casais coabitam e adiam o casamento por questões de precaridade laboral, dificuldades financeiras e insegurança face ao futuro, e não por dúvidas ou falta de desejo de permanência na relação, como expresso no último artigo. Daí

---

<sup>53</sup> E talvez, ao se achar que é isso que está lá dentro, é isso que também se traz para a relação, menos entrega, menos segurança, menos riscos.



ser também pertinente criar uma intervenção menos vocacionada para noivos apenas, que consiga integrar diversidade de relações, focando menos no estatuto relacional ou civil e mais no compromisso e desejo de construir um lar. Sem dúvida que o formato da relação, o seu nome (casamento, marido, mulher, namorado, namorada,...) é importante mas mais ainda é reflectir sobre o real compromisso e perspectivas de desenvolvimento relacional.

Como visto acima, no respeitante às crenças e expectativas, quer numa relação de coabitação, quer de casamento, os jovens podem considerar o desenvolvimento relacional como algo externo, que acontece duma forma naturalmente positiva. É a já referida ideia de naturalização dos aspectos positivos do casal, que na sua opinião, devem surgir espontaneamente e que, caso desvaneçam, indiciam o fim da relação. Todavia, a literatura revista e mesmo os casais já recém-casados e coabitantes (estudo 7) recordam-nos da necessidade de intencionalizar a promoção e protecção de momentos positivos no casal, por exemplo, através de rotinas e rituais especiais para o casal e de pequenos gestos de carinho e afecto (Gottman & Silver, 1999; Pearson et al., 2010). De facto, a relação conjugal vive diferentes fases, e é importante transmitir a noção de mudança, e da inevitabilidade de momentos difíceis ou menos satisfatórios para o casal ou algum dos seus elementos. Daí a relevância da dedicação, do compromisso como descrito na conceptualização de Stanley e colaboradores e validado por outros autores (Stanley, Markman, & Whitton, 2002; Stanley et al., 2010; Tran & Simpson, 2009) ser fundamental para a manutenção e desenvolvimento de relacionamentos conjugais de qualidade. Se desenvolvermos a metáfora da caixa de expectativas prévias à transição para a conjugalidade para a sua continuidade já dentro dela, esta lembra-nos a ideia de Gottman e Silver (1999), do “banco do amor”, que destaca o investimento e dedicação necessários por parte de cada elemento do casal para que a relação floresça.

#### *Qualidades pessoais, valores e missão*

Ao reflectirmos sobre o compromisso e o desenvolvimento da relação conjugal ao longo da vida, é inevitável a consideração de outras dimensões que fomentam essa mesma dedicação contínua, permanente ao outro e à relação, mesmo nos momentos difíceis. É interessante verificar que, no artigo sobre os domínios a incluir numa intervenção de EPC, os participantes consideram quase tão importante abordar a comunicação, como abordar o respeito, o foco no outro e o papel da cedência. De facto, a investigação tem levantado variáveis que podem ser fundamentais na manutenção de um ambiente seguro e positivo, especificamente a existência e percepção no outro de virtudes e valores, no fundo, de qualidades pessoais, como justiça, coragem, respeito e lealdade (Fowers, 2000). Também, alguns autores têm considerado valores

como o perdão e a responsabilização ou transformação pessoal como essenciais no desenho de um casamento mais rico e profundo (Fincham, Stanley, & Beach, 2007). Estes são blocos fundadores da casa, do lar em construção, e podem ser alvo de reflexão pelos casais, explicitando diferenças, salientando o seu papel e desafiando os casais a desenvolverem a sua relação de forma sólida. Talvez nesta cultura de medo e inseguranças, de um país em crise e casamentos em crise, começar uma família seja sem dúvida um acto de fé, de coragem, que deve ser valorizado. Assim, num desenvolvimento da centralidade do compromisso e da articulação dos valores do casal, pode surgir uma reflexão do sentido do mesmo, da razão do próprio compromisso. As crenças, espirituais ou religiosas, dos casais não devem ser descuradas e, embora muitos casais, como expresso pelos dados sociodemográficos, não partilhem nenhuma meta-narrativa espiritual, podem encontrar no seu relacionamento e em outras relações, com amigos, grupos, comunidades, motivos que conduzam à criação de uma visão de casal, uma missão partilhada que se projecta no futuro e molda igualmente o presente. Como diz uma frase atribuída a Yoko Ono, *“A dream you dream is only a dream – a dream you dream together is reality”*<sup>54</sup>.

#### *Tarefas, decisões e papéis*

Num aparente confronto com esta componente mais existencial, os aspectos práticos da vida são tema recorrente ao longo dos vários estudos. Quer seja no impulso para ir viver juntos ou nas lides da vida quotidiana, os motivos pragmáticos de tempo, dinheiro, tarefas, surgem como confronto da realidade que se instala sem convite. É interessante como um jovem no último estudo refere que as tarefas domésticas são externas à relação, como decisões paralelas ou até periféricas que têm de tomar mas que não traduzem o centro de quem são como casal. No entanto, o processo de decisão e a gestão da vida diária está intimamente ligada com as dimensões de poder e controlo, que consideramos, como John Haley, questões centrais da relação conjugal (Haley, 1963; in Gurman, 2008). Para este autor, muitos dos problemas do casal surgem quando há ambiguidades na estrutura hierárquica, falta de flexibilidade ou uma rígida simetria ou complementaridade (Gurman, 2008). Novamente no último artigo, os dois casais, que nos falam mais explicitamente dos papéis na divisão de tarefas, lutam para conseguirem aplicar os modelos que julgam adequados (quer tradicionais, quer modernos), para apenas se verem confrontados com a impossibilidade de serem rígidos, quando as exigências do dia-a-dia requerem adaptabilidade. Assim, consideramos relevante integrar, num programa de EPC, tempos de reflexão sobre a gestão diária (e.g., orçamento familiar, divisão de

---

<sup>54</sup> “Um sonho que alguém sonha é apenas um sonho – um sonho que é sonhado a dois é realidade”; tradução da autora.

tarefas domésticas) no contexto da abordagem das questões do poder, dos papéis de género, da aceitação da influência mútua, e de formas positivas de lidar com conflitos, e abertamente comunicar dificuldades e desejos na relação (Gottman & Silver, 1999; Gulotta, 1993; Narciso & Ribeiro, 2009).

#### *Comunicação e gestão de conflitos*

Sem surpresas, as dimensões que os jovens mais explicitam, no quinto estudo, são a comunicação e resolução de conflitos, congruente com a literatura revista, e encontradas na base quer dos programas de EPC (Markman et al., 1993; Markman et al., 2013; Markman, Rhoades, Stanley, Ragan, & Whitton, 2010; Stanley et al., 2002), quer dos modelos sistémicos abordados (Narciso & Ribeiro, 2009; Relvas, 2006; Watzlawick, Bavelas, & Jackson, 2011). As considerações finais do primeiro capítulo, ao reflectirem sobre as limitações do treino de competências, alertam-nos, no entanto, não para a irrelevância do tema mas para a abordagem escolhida na inclusão do mesmo nos programas de EPC. De facto, o treino de competências de comunicação pode ser importante, mas feito opcionalmente junto dos casais que apresentem vulnerabilidades nesta dimensão, visto que a sua aplicação indiscriminada pode até produzir efeitos negativos nos casais em geral (Rogge et al., 2013). Assim, consideramos mais relevante trabalhar-se para uma maior consciencialização da importância de alguns padrões comunicacionais e para a natureza sistémica da comunicação e do conflito (Gottman & Levenson, 1999), assim como outros aspectos fundamentais da comunicação, contidos, por exemplo, nos axiomas da comunicação (Gulotta, 1993; Watzlawick et al., 2011). Gottman e Silver (1999) salientam adicionalmente o papel fundamental da comunicação positiva, ligada aos afectos, e propõem diversas actividades sobre como trabalhar questões comunicacionais, solicitações emocionais e responsividade face ao outro.

#### *Intimidade, autonomia e sexualidade*

No quinto estudo, ao referirem a dimensão da comunicação, os participantes alertam ainda para questões mais processuais que só mais recentemente têm sido abordadas, como o contexto e propósito da comunicação, especificamente, o respeito, a partilha e a construção da intimidade (Bradbury et al., 2010) e a saliência de incluir a temática da sexualidade, muitas vezes negligenciada nos programas revistos (Lieser, Tambling, Bischof, & Murry, 2007). É interessante notar as referências frequentes às questões de autonomia associadas às de intimidade, como se torna claro no último artigo, na tensão latente entre estes dois pólos, talvez não opostos mas integrantes um do outro, em que um não existe sem o outro. Como Ferreira e colaboradores (2011) assinalam, uma construção pessoal diferenciada parece ser um factor promotor de intimidade, não fosse já Erikson (1976), no seu modelo de desenvolvimento

individual, salientar a importância da resolução do estágio de identidade antes do da intimidade. Não obstante esta relação, o início da vida a dois parece sugerir uma articulação dialéctica entre estas duas dimensões, em que a individualidade promove intimidade e esta promove a primeira. Veja-se o impacto do espaço individual no caso dos casais, no sétimo estudo, que referiram que as estadias no estrangeiro do par amoroso faziam crescer a saudade e os afectos, e permitiam valorizar ainda mais os momentos a dois; ou as referências, no sexto artigo, ao facto de que uma pessoa estar envolvida em determinados contextos, com outros relacionamentos, criava no parceiro oportunidades de elogiar e conhecer aspectos pessoais da pessoa menos evidentes na relação a dois. Da mesma forma, veja-se como a intimidade também pode promover a individualidade, como nas referências à importância do apoio do parceiro nas opções e conquistas profissionais. Se falámos do papel central do compromisso para o desenvolvimento relacional, falar de segurança como base para o crescimento pessoal é também teórica e empiricamente suportado, por exemplo, claramente pelos modelos de vinculação, que são tão relevantes para a compreensão das relações de intimidade e para os processos de autonomia (Bowlby, 1969; Mikulincer, Florian, Cowan, & Cowan, 2002; Tran & Simpson, 2009)<sup>55</sup>. É esta conciliação que sucede nas relações amorosas, em que o compromisso traz segurança e a segurança permite exploração, do próprio casal que criativamente se alarga e cresce e dos elementos que o compõem. Como dizia Caillé (1991), são as componentes do “eu, o tu e o nós”, combinadas de forma equilibrada, orgânica e viva.

Se a intimidade é tão importante, é de verificar contudo que a área dos afectos não é referida explicitamente como uma área a incluir num programa de EPC (estudo 5). Como visto no quinto estudo, esta é das dimensões mais mencionadas pelos participantes quando questionados sobre as forças da sua relação mas apenas um participante refere que é relevante falar de afectos e expressão de emoções de forma intencional. Novamente, regressamos à ideia de naturalização dos aspectos positivos do casal, que devem surgir espontaneamente ao longo do percurso relacional. Todavia, a literatura revista e mesmo os casais já recém-casados e coabitantes recordam-nos da necessidade de intencionalizar a promoção e protecção de momentos positivos no casal, por exemplo, através de rotinas e rituais especiais para o casal e de pequenos gestos de carinho e afecto (Gottman & Silver, 1999; Pearson et al., 2010).

---

<sup>55</sup> Se, por um lado, reconhecemos a centralidade da dimensão da vinculação nas relações amorosas, por outro, entendemos que a mesma não é alterável por uma intervenção psico-educativa curta, da natureza da que aqui apresentamos, motivo pelo qual não a desenvolvemos em profundidade.

### *Protecção dos bons momentos e gestão dos maus*

De facto, a positividade tem conquistado algum espaço na investigação da relação conjugal, especificamente no estudo dos processos adaptativos do casal, sendo que mesmo os programas mais cognitivo-comportamentais têm incluído nos seus conteúdos a necessidade de proteger os tempos de qualidade passados em casal. A importância de manter um saldo positivo entre os momentos positivos e negativos tem conduzido a algumas considerações sobre variáveis como humor e bem-estar, entre outras (Driver & Gottman, 2004; Fincham & Beach, 2010). O último estudo realizado alerta-nos para a centralidade desta busca dos benefícios e prazeres do estar junto com a pessoa que se ama e dos desafios a isso mesmo. Daí considerarmos tão promissores os passos dados no estudo do *savoring*, variável entendida como a capacidade de usufruir dos bons momentos da vida, especificamente na sua aplicação à vivência diádica (Bryant & Veroff, 2007; Costa-Ramalho et al., 2014). O mesmo estudo sugere-nos que os rituais e a valorização das rotinas, na construção de significados pessoais de valor relacional, podem ter um papel protector dos momentos diários da intimidade, como o casal que zelava pelos pequenos-almoços em conjunto, criando um espaço de partilha e de usufruto da relação, antes do início dos desafios que aguardam do outro lado da porta do lar. Como numa moeda com dois lados, outra dimensão que tem sido progressivamente incluída nas publicações na área, é o *coping* diádico, que valoriza o processo de lidar em conjunto, em casal, com os stressores da vida, e que, mais do que resolver problemas, aponta para os benefícios de ser um companheiro presente e emocionalmente disponível e sintonizado com as necessidades do outro (Bodenmann et al., 2006; Bodenmann & Randall, 2012; Landis et al., 2013).

### *Família e contextos*

Acreditamos que estas dimensões têm ganho espaço no meio académico fruto duma crescente valorização das influências contextuais sobre o funcionamento do casal (Karney & Bradbury, 2005; Neff & Karney, 2004, 2009; Williamson et al., 2013). De facto, já Bronfenbrenner (1986, 1994) destacava os processos de influência dos contextos nas pessoas e suas relações mas também valorizava o papel activo das mesmas na gestão e até transformação do seu meio. O impacto dos sistemas quer mais proximais, como a família de origem, quer mais macrossistémicos, como o contexto económico e político do país, são realmente preocupação e temas recorrente dos casais, pelo que devem ser considerados de forma mais particular, nas suas vertentes de risco e oportunidade de desenvolvimento. Ao mesmo tempo, estes sistemas externos não são muito considerados pelos jovens namorados como temas relevantes a incluir num programa de EPC (estudo cinco), levando-nos a crer que se concentram mais na esfera relacional sem considerar a relevância das outras esferas da vida. Se é natural que os jovens não

os refiram, por serem na maioria estudantes e viverem com os pais, tal pode ser indicador de expectativas irrealistas, não só no confronto com a literatura descrita no primeiro capítulo mas também com os resultados do sétimo artigo, em que os diversos contextos, principalmente a família e o trabalho, surgem como centrais na transição. Pelo papel que de facto desempenham na vida conjugal, uma intervenção como a EPC deverá dedicar-lhe especial atenção.

#### *Família de origem (FO)*

Vários autores de base sistémica têm abordado com profundidade a complexidade e centralidade da transformação dos laços com a FO, na gestão de limites que o casal deve fazer entre si e ela, como tarefa crucial para o sucesso da transição (Alarcão, 2006; Carter & McGoldrick, 1988; Relvas, 2006). Ora, esta transformação não significa, no entanto, um corte e muito menos uma desvinculação. Aliás, a cultura portuguesa valoriza muito o papel da família nuclear e alargada em todas as fases da vida e alguns dados têm salientado o papel de apoio central que esta presta aos jovens portugueses na sua fase de autonomização (Silva, 2012). De facto, nos nossos estudos, especificamente no sexto e sétimo, a família surge como uma dimensão de recurso fundamental, a nível quer de apoio prático (e.g., na comida e apoio às tarefas domésticas), quer emocional (e.g., aprovação e validação do novo casal, proximidade emocional positiva, afectos pelos sogros). Especificamente, esta percepção de aceitação e validação do parceiro por parte da FO, é fundamental, de acordo com a literatura na área, para uma transição saudável (Larson & Holman, 1994). Adicionalmente, as referências à família de origem no último artigo estão frequentemente relacionadas com a categoria de continuidade, sendo que os jovens percebem poucas mudanças ou até pequenas mudanças essencialmente positivas na relação com os pais, como, por exemplo, maior horizontalidade nas relações e maior demonstração de afecto aquando de visitas. Esta poderá ser uma questão associada à cultura do nosso país, de maior aceitação e normalização dos laços familiares intergeracionais, talvez remetendo maiores dificuldades na fase da transição para a parentalidade, em que a gestão da abertura do sistema poderá ser mais sensível. Não obstante, esta facilidade na articulação com as famílias não será o caso de todos os casais. De facto no mesmo artigo, encontramos um casal, especificamente o elemento masculino, que viveu com alguma intensidade a intromissão dos pais da companheira, que numa tentativa de ajudar com a alimentação foram além dos limites que o jovem achava adequado para a vivência autónoma do casal, gerando alguns conflitos, no entanto ultrapassados. Adicionalmente, a família pode trazer também desafios ao nível dos relacionamentos pessoais com os sogros, e encontramos no mesmo estudo um casal que descreveu dificuldades na gestão de feitiços difíceis, de uma sogra autoritária na relação com a nora. Um dado interessante é, ainda, a emergência da

componente das necessidades intergeracionais, traduzindo as situações em que o casal, se pontualmente precisa do suporte prático da sua FO, também sente a necessidade de apoiar os pais, que vivem momentos difíceis, como desemprego ou doença. Estas necessidades intergeracionais têm sido pouco abordadas, na sua dinâmica circular; por exemplo, encontramos um estudo de Ribeiro (2005), que, ao focar casais portugueses de meia-idade, salienta como estes experienciam a construção, pelos seus filhos, de novas famílias e os desafios de adaptação que também eles enfrentam. Os nossos dados alargam esta questão, salientando a sensibilidade que os jovens casais têm face às lutas dos seus pais e de como não só usufruem do seu apoio mas procuram, em generosidade recíproca, acomodar e responder também às suas necessidades. De facto, talvez seja de reflectir se a instabilidade e crise económica da sociedade actual não introduziu dificuldades transversais a qualquer faixa etária, que podem estar a originar um intensificar bidireccional dos laços familiares.

É também de mencionar que a influência da FO na transição para a conjugalidade não se sente apenas na articulação no momento presente, mas é poderosa no desenho do *background* relacional que proporciona aos jovens. Tal como em estudos internacionais, no estudo exploratório da escala de AFC, compreendemos que estas atitudes se associam à existência ou não de divórcio parental. Este efeito, consistentemente encontrado na literatura, salienta a influência central dos pais e vivências relacionais familiares no processo de construção de atitudes dos jovens, havendo alguns indicadores que apontam para o seu impacto nas opções conjugais futuras (Silva, 2012; Willoughby, Hall, & Luczak, 2013). A dissolução muitas vezes penosa do casamento dos pais pode, por exemplo, levar a um evitamento do casamento e à adopção de alternativas conjugais, como a coabitação, que têm, contraditoriamente, maior risco de instabilidade relacional (Stanley et al., 2011). Também nas entrevistas se verifica esta influência, por exemplo, nos *focus groups* (estudo 2), em que um jovem fala do seu desejo de casar referindo que os pais são casados e felizes, ou, pelo contrário, como no último estudo, em que uma jovem coabitante pergunta retoricamente, porque casar, se os pais são divorciados e a mãe lhe alerta para não escolher esse caminho. O papel da FO no novo casal é assim inegável, não só por esta aparente influência directa mas pela construção de modelos que promovem do que é ser casal, ou como diz Alarcão (2006), por esta “conjugalidade fantasmática” (p. 118) que os elementos do casal trazem para a família que agora se forma, e que obriga à gestão da criação de um novo modelo, integrativo das duas concepções de casal, numa escolha do que se deseja manter em continuidade e do que se quer abandonar ou transformar. Uma intervenção como a EPC deve, assim, ter em consideração o impacto indissociável da FO para a vivência da conjugalidade. Com influências mais ou menos positivas, o casal pode ser apoiado a reflectir sobre o que trazem de cada FO e a considerar os limites e

relações presentes. Tal é possível, naturalmente, pois cremos também no potencial transformador de relações seguras e da própria intervenção preventiva, que pode criar espaços de reflexão e de recriação do que queremos levar ou transformar da bagagem que trazemos connosco (Bradbury et al., 2010).

### *Parentalidade*

Se até ao momento se focou o passado, salientando a importância da história do casal e seu *background* pessoal, e o presente, nas dinâmicas e articulações do casal, exige-se agora falar do futuro da família. Como referido no último estudo, definir a formação do casal é ter em conta a existência de um projecto em comum, um desejo de continuidade, que para muitos casais passa por sonhar ter filhos. E como diz Caillé, há em ter filhos “uma certa apropriação do futuro e uma aliança tácita com o passado que completam um perfil até então adaptado unicamente ao presente e ao futuro imediato” (Caillé, 1991, p. 131). Esta dimensão revela-se nos estudos apresentados de duas formas. Por um lado, encontramos um casal de namorados que reflecte sobre desafios futuros de haver uma criança de um dos elementos, fruto de um relacionamento anterior. Sem dúvida que as mudanças sociais e culturais do país poderão trazer mais frequentemente estas questões na fase de formação do casal, quer seja por outros relacionamentos quer do próprio casal, cuja relação sexual começa muito antes do desejo de formar família. Assim, questões de parentalidade (mesmo de infertilidade) podem ser necessárias de abordar, de acordo com a avaliação das necessidades dos participantes. Por outro lado, as taxas de natalidade em Portugal não deixam ignorar a diminuição acentuada de filhos por casal e o adiamento dos mesmos no contexto da relação. As entrevistas aos casais recém-casados/coabitantes traduzem essa tendência, sendo que os filhos são um desejo mencionado pela maioria mas numa perspectiva de futuro a longo-prazo e com a expressão de preocupações fruto do contexto económico e político (CEP) vivido no país. De facto, no artigo sobre os diversos contextos (estudo 6), ao se abordar a dimensão do CEP, diversos participantes consideraram que este bloqueava os seus projectos de desenvolvimento relacional, como ter filhos. Pensar na transição para a conjugalidade é ter de pensar no futuro da mesma, pelo que falar de filhos e outros projectos, ao mesmo tempo que se antecipam dificuldades e estratégias possíveis, pode ser relevante para os casais. Talvez, até, na desmistificação da parentalidade, vivida por muitos com medos e ansiedades por não poderem proporcionar aos filhos tudo o que desejam (mas que talvez não precisem...).

### *Comunidade, sociedade e outros contextos*

Falar de família é descentrarmo-nos do sistema conjugal e olharmos para os seus contextos envolventes. Como agora referido, o contexto social, económico e político não é



indiferente aos casais entrevistados. Este pode explicar a pragmaticidade dos motivos para a transição para a conjugalidade, especificamente ao relacionar-se com trabalhos precários, exigentes e subpagos. De facto, diversos casais (estudo 5) mencionaram a importância de abordar, num programa de EPC, questões mais práticas da vida diária a dois, relacionadas com a necessidade de competências de gestão financeira, fruto das dificuldades socioeconómicas sentidas no país, e de gestão de tempo, por exigências de trabalho e sua difícil articulação com as solicitações da relação e de outros sistemas. Parece, assim, uma área em que será fundamental aumentar a consciência dos casais e antecipar estratégias para lidar com possíveis dificuldades não antecipadas, como as sugeridas por Bodenmann e colaboradores, na sua intervenção focada no *coping* diádico: comunicar a vivência de *stress* ao companheiro, avaliar necessidades pessoais de distância e proximidade, alargar o leque de respostas de apoio possíveis de acordo com as necessidades do par, entre outras (Bodenmann & Shantinath, 2004). Também referidas pelos jovens (estudo 6), numa relação próxima com o trabalho e o CEP, são as questões de imigração e desemprego, que podem implicar difíceis escolhas relacionais, de afastamento entre os dois ou de separação de outros sistemas de apoio. Por último, se é notória a existência de recursos contextuais positivos, como a família e os amigos, já a distância dos casais, falada na secção anterior da divulgação e recrutamento, a outros contextos, como organizações comunitárias e os próprios técnicos, leva-nos a salientar a importância de abordar intencionalmente o papel que o envolvimento comunitário e que os técnicos da família e casal podem ter no apoio futuro ao casal, pelo que questões mais comunitárias e de envolvimento social podem ser relevantes na EPC. Esta dimensão aponta adicionalmente para questões de generatividade, a capacidade que o casal tem de se doar ao outro, de criativamente contribuir para gerações futuras e para o seu contexto comunitário e social (Costa, 2002; Iafrate & Rosnati, 2012). De facto, nos casais em que havia envolvimento em grupos sociais, religiosos ou desportivos, este era visto como recurso fundamental e de grande enriquecimento para o casal.

### **Metodologias, estratégias e equipa de intervenção**

A diversidade dos participantes e suas necessidades é, sem dúvida, grande. Desenvolver, assim, um programa que dê resposta a todas elas pode-se tornar numa tarefa inglória e até utópica. Todavia, julgamos que tal é principalmente saliente num contexto de um programa estruturado e didáctico, em que o técnico tem o papel principal de transmissão de conteúdos e definição da sua estrutura e em que as actividades são rígidas nos seus

contornos<sup>56</sup>. Pelo contrário, uma perspectiva sistémica oferece um foco central nos processos que desejamos desenvolver (Stanton & Welsh, 2012), podendo recorrer-se a actividades flexíveis, que permitam ao casal ter espaço para, com base, certamente, em princípios orientadores, co-construir a sua realidade. É fundamental que a estrutura, conteúdos e actividades propostas não sejam excessivamente específicas ou directivas que não tenham relevância ou aplicabilidade aos diferentes casais. Os modelos sistémicos permitem-nos não temer intervenções semi-estruturadas, que motivem o casal a criativamente desenvolver um percurso de crescente elaboração e desenvolvimento, num movimento de capacitação e reforço dos seus recursos e capacidades. Mais, é importante ter em conta os resultados que Rogge e colaboradores (2013) recentemente divulgaram, de que muitos casais poderão necessitar apenas de um programa mais geral, e de que só alguns tirarão partido de intervenções mais centradas em determinadas dimensões ou treino de competências específicas. Adicionando isto à já referida importância de atender às necessidades dos participantes e também adequar, naturalmente, a intervenção às mesmas, a possibilidade de ter sessões optativas ou outras formas de flexibilização da intervenção poderão ser uma grande mais-valia.

Sendo os programas de EPC maioritariamente pensados para casais, como também o que aqui defendemos, eles desenvolvem-se frequentemente em contexto de grupo. Consideramos esta conjugação fundamental e extremamente enriquecedora para os participantes, ao possibilitar diferentes níveis de dinâmicas, com tempos de reflexão individual, em casal e em grupo. É interessante que dentro da variedade de programas existentes, se verifiquem formatos ao longo de um contínuo, em que alguns defendem a exclusividade de tempos de partilha em casal, apresentando isso como componente fundamental e mais-valia do seu programa (e.g., Lee & Lee, 2009) e, num pólo oposto, outros recorram ao grupo como instrumento central de intervenção e de promoção de mudança (e.g., Iafate & Rosnati, 2012). De facto, não descurando os tempos individuais e em casal, alguns estudos recentes na área específica de programas de educação relacional têm salientado o papel da coesão do grupo como variável processual importante no contributo para mudanças no funcionamento relacional (Owen, Antle, & Barbee, 2013; Quirk, Owen, Inch, France, & Bergen, 2013). Na compreensão adquirida da vivência mais privada da relação conjugal dos casais portugueses e

---

<sup>56</sup> É importante referir que muitas vezes a opção por programas com estas características prende-se com a necessidade de criar protocolos rigorosos de avaliação, para investigação e publicação, que pretendem promover intervenções empiricamente validadas. É um equilíbrio metodológico difícil mas possível.

da própria fase de construção do casal que vivem<sup>57</sup>, mas também no reconhecimento do potencial transformador do grupo, consideramos poder haver um equilíbrio, dependente, também, como facilmente se conclui, da capacidade e sensibilidade da equipa de gerir tensões, partilhas e resistências dos participantes. Sendo assim, é importante incluir dinâmicas em grupo, mas estas podem ser mais vocacionadas à criação de coesão grupal como actividades de quebra-gelo e *brainstormings* gerais, havendo um maior foco em exercícios feitos em casal e individualmente, com particular cuidado à preservação da privacidade das conversas intra-casal.

Se já se falou do papel da equipa na gestão do grupo, esta é fundamental também pela dimensão da construção da relação com os participantes. Stanton e Welsh (2012) recordam a centralidade da aliança terapêutica nos processos de intervenção sistémica com casais e famílias, e consideramos ser esta dimensão também primordial em programas psico-educativos como os que aqui apresentamos, principalmente tendo em conta a descrição que estes autores fazem do papel dos técnicos. Como eles, consideramos que a aliança inclui a criação de um contexto apoiante, em que há genuinidade e interesse pelo outro, e em que é clara a competência dos técnicos mas é também veiculada e apreciada a competência dos casais. É interessante ainda notar que num estudo recente de Williamson e colaboradores (2014) verificou-se que a participação em programas preventivos de educação relacional por casais que apresentavam maior risco de dissolução relacional estava relacionada com uma maior procura de aconselhamento conjugal futuro, sugerindo os autores que tal poderá estar relacionado com o potencial positivo dum programa deste género em promover atitudes face aos técnicos de casal e família mais positivas, em casais que de outro modo não só não recorreriam a terapia conjugal mas também possivelmente teriam até atitudes mais negativas face a estes técnicos que casais com menor risco.

### **Síntese: Casa(I) em Construção**

*Love is like playing the piano. First you must learn to play by the rules, then you must forget the rules and play from your heart.* Autor desconhecido

Sintetizando a revisão da literatura, os dados dos diversos estudos realizados e as consequentes reflexões, propomos uma intervenção de EPC, designada de *Casa(I) em Construção*, pensada para o Serviço à Comunidade da Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa e da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, mas sonhada com vista à divulgação a outras instituições universitárias e contextos que

---

<sup>57</sup> Reflectindo neste tema, podemos colocar a hipótese de que, em programas para pais, a partilha em grupo pode ser mais positiva do que em programas para casais na fase inicial da sua caminhada a dois.

desejem investir neste domínio de acção. Este é um programa geral de apoio a casais na transição para a conjugalidade, disponível não só para noivos mas para outros casais comprometidos, como descrito na secção sobre a população-alvo, e que procura cobrir, de forma significativa, os temas descritos acima, sempre orientado pela abordagem eco-sistémica delineada no primeiro artigo<sup>58</sup>.

Este é um programa de EPC que pretende ser um instrumento na construção de relacionamentos conjugais íntimos, seguros, satisfatórios e estáveis, que sejam contextos de desenvolvimento pessoal, relacional e comunitário. O nome do projecto baseia-se numa metáfora óbvia, da construção de uma casa, profundamente isomórfica à fase do ciclo vital vivida pela população-alvo, de construção do casal. Ele pretende captar diversas dimensões desta transição, com as suas oportunidades e desafios, de construir uma relação conjugal ao mesmo tempo que se inicia a construção duma casa comum, que nunca é vazia de constrangimentos e passados (quer numa casa feita de raiz, quer numa casa comprada ou alugada) mas que é sempre necessária, pela mudança de ambos ou de um dos elementos para o novo espaço. É o espaço físico e o emocional, o real e o metafórico, o concreto e o dos significados, que os casais criam e recriam... cremos que esta imagem expressa assim conceitos e dimensões cruciais... de intencionalidade e investimento, de processo e tempo, de planeamento, fases e visão de futuro, de possibilidade de melhorar ou mudar, de singularidade de cada casa(l) e das possibilidades criativas de cada um(a) e de cada elemento, de trabalho de equipa e divisão de tarefas, de recursos e desafios, de envolvimento comunitário e contexto específico do bairro/sistemas, mas também de protecção face a ameaças externas, com limites como as paredes e os muros mas de aberturas como as janelas e as portas, e de, sem dúvida, conforto, intimidade e sentido de pertença, no fundo, de um lar.

O programa assume uma estrutura de cinco sessões, que podem corresponder, preferencialmente, a cinco dias mas que podem ser agrupadas, para maior facilidade na conjugação de disponibilidades, em três dias (e.g., 2+2+1). Estas procuram incluir, de forma holística, as várias componentes descritas acima, estando, no entanto, abertas a alteração (ver Quadro 1). O programa contempla ainda uma sessão prévia de avaliação com cada casal e momentos de pós-avaliação e *follow-up*. Adicionalmente, recordamo-nos do que Bradbury e Karney (2004), entre outros, referem, ao alertarem para a necessidade de intervenções diferentes para casais de baixo e alto risco, sendo que os primeiros parecem usufruir mais de intervenções gerais e mais auto-orientadas enquanto os segundos necessitam de intervenções

---

<sup>58</sup> As sessões, com a definição de objectivos, temas e actividades específicas, podem ser consultadas no Apêndice A.

mais focadas. Como resposta a esta situação e fruto do modelo semi-estruturado de intervenção que defendemos, propomos existirem adicionalmente módulos opcionais, que são recomendados aos casais após a primeira avaliação, de acordo com as suas características, histórias e necessidades. Sugerimos três módulos, um focado na interação diádica para casais que apresentem lacunas ao nível das competências de comunicação, *coping* e resolução de problemas; um segundo focado nas questões de gestão de dinheiro (e.g., orçamento, poupanças, investimentos) e alternativas desafiantes face a problemas económicos, como a imigração; e o terceiro vocacionado para casais com histórias de coabitação, separações/divórcios e com questões de co-parentalidade, seja por filhos do casal ou de outras relações. Estes conteúdos são meramente indicativos, no sentido em que devem resultar da análise da avaliação das necessidades feita na sessão prévia e possivelmente do acompanhamento dos casais ao longo das primeiras sessões. A estrutura do programa pode ser vista em síntese no Quadro 1. Por fim, cremos que ao invés de um programa manualizado, em que cada participante recebe um livro, caderno ou manual para ir preenchendo, os materiais do programa devem ser isomórficos de todas estas dimensões, de flexibilidade, criatividade e respeito pela diversidade, podendo, por exemplo, concretizar-se num *dossier* que cada casal vai construindo com os diversos materiais utilizados, ao longo de todo o percurso da intervenção

Quadro 1. *Esquema síntese das sessões do programa, Casa(l) em Construção*

| Sessão | Nome                                      | Temas principais  |
|--------|---|---|
| Prévia | Avaliação                                 | Avaliação das necessidades<br>Aplicação do protocolo<br>Verificação da estrutura do programa e calendarização |
| 1      | A planta da casa                          | Expectativas e crenças<br>Identidade e visão de casal   |
| 2      | Os construtores e o contexto da casa      | Características e background pessoais<br>Família de origem<br>Rede social                                     |
| 3      | Estrutura e ferramentas para a construção | Comunicação e conflitos<br>Perdão, poder e influência mútua<br>Decisões e gestão da vida diária               |
| 4      | Lar doce lar: O cimento e os tijolos      | Expressão emocional e amor<br>Tempo para o casal e amizade<br>Intimidade e autonomia<br>Sexualidade           |

|            |  |   |
|------------|--|---|
| 5          | Construída para durar (e mudar)        | Valores<br>Generatividade na família e comunidade e rituais<br>Desenvolvimento relacional ao longo do ciclo vital da família  |
| Posterior  | Avaliação final e <i>follow-up</i>     | Avaliação do programa, por escrito, individualmente, no fim das sessões e em dois <i>focus groups</i> (homens/mulheres)<br>Aplicação do protocolo (6 meses / um ano / três anos)  |
| Optativa 1 | Finanças, trabalho e emigração         | Gestão de dinheiro e orçamento familiar<br>Competências de <i>coping</i> individual e diádico<br>Resolução de problemas e tomada de decisão<br>Processos e recursos comunitários no desemprego e na decisão de emigrar                |
| Optativa 2 | Comunicação e conflitos                | Competências de Comunicação<br>Estratégias de resolução de conflitos/problemas<br>Conflitos permanentes<br>Poder, influência e perdão   |
| Optativa 3 | Filhos e relações familiares e sociais | Relacionamentos passados e presentes: definição de limites e lealdades<br>Competências na co-parentalidade (filhos e “enteados”, pais e ex-namorados)<br>Gestão da relação com as famílias de origem<br>Plano de organização familiar |

## Reflexão crítica e caminhos futuros

*C'è qualcosa di nuovo oggi nel sole, anzi d'antico...*

Giovanni Pascoli

Ao longo dos diversos estudos, fomos apontando e descrevendo diversas limitações. Várias prendem-se com os limites inatos às próprias opções metodológicas feitas, outras a olhares incompletos, que requerem novas oportunidades de reformulação e experimentação. Naturalmente, esta dissertação não pode ser entendida como condensando toda a extensão do domínio que nos propusemos estudar, mas enquadra-se num projecto maior, com desejos de novos percursos, estudos, reflexões, acções. Assim, sugerimos igualmente indicações para investigações futuras, no que concerne à implementação e desenvolvimento da intervenção e, também, à necessidade de aprofundar o estudo da população-alvo no contexto português,

especificamente nos processos normativos, saudáveis, das relações amorosas na transição para a conjugalidade.

Em primeiro lugar, todo o trabalho assumiu um carácter exploratório, pela novidade do domínio a estudar e da intervenção a desenvolver. Como escreve Robert L. Weiss no prefácio de um livro sobre o curso desenvolvimental da disfunção conjugal, “The vastness of adult human intimacy - as played out in the study of marriage - requires that we cast a big net into a very big ocean” (Bradbury, 1998, p. xvi). Ao lançar-se essa rede, principalmente no que respeita aos estudos qualitativos, não se procurou testar hipóteses ou inferir relações causais, mas aumentar o leque de conhecimento e criar pontos de partida para estudos futuros. Assim, deve-se assumir uma posição de cautela na generalização dos resultados para todos os jovens portugueses, inclusive pelas características específicas da maioria dos participantes dos estudos qualitativos, especificamente jovens caucasianos, com estudos superiores, da região urbana da Grande Lisboa, não representativos, assim, da população geral.

A escolha das metodologias de *focus group* e entrevista diádica permitiram-nos dar voz à população-alvo da intervenção desejada e criar discussão geradora de conteúdos ricos, que não excluíssem ambivalências, discordâncias, tensões. Consideramos que as temáticas gerais abordadas e os cuidados na criação de um ambiente seguro para os participantes poderão minimizar as desvantagens destes formatos face à entrevista individual (Arksey & Knight, 1999). No entanto, como referido nas discussões dos diversos estudos, poderá ser importante abordar algumas questões em formato individual ou por escrito, de forma a ultrapassar os constrangimentos de exposição social ou relacional de áreas sensíveis ou de vulnerabilidade.

Também os guiões das entrevistas, quer grupais, quer aos casais, levantam-nos algumas dúvidas e considerações. Desde logo, poderíamos ter incluído em ambos uma pergunta a solicitar a opinião dos participantes para a estrutura, conteúdos e formas de divulgação da intervenção de EPC, pelo que será importante fazer isso em estudos futuros. Seria também útil introduzir algumas alterações no Mapa de Recursos do Casal, a ser usado na avaliação das necessidades dos participantes, ou mesmo para fins de investigação. Em primeiro lugar, consideramos que o círculo respeitante às competências relacionais integra demasiadas dimensões, não permitindo distinção entre coisas tão diferentes como amor, afecto, sentido de humor, perdão, cedências, apoio mútuo, etc. Em segundo lugar, os nomes das dimensões são por vezes muito técnicos, exigindo grande explicação dos entrevistadores (e.g., competências de *coping*, auto-apaziguamento, gerir negatividade, etc.). Poderiam ser substituídos por outras expressões, como, por exemplo, lidar com desafios em conjunto, auto-relaxamento, gestão de conflitos entre o casal. Em terceiro, algumas dimensões individuais poderiam ainda ser unidas às relacionais para reduzir a diversidade/quantidade de componentes do Mapa, por exemplo,

valores pessoais e de casal. Por último, sentimos ainda a dificuldade de incluir, nas dimensões existentes, as componentes das crenças e fé, que podem assim dar origem a uma nova dimensão.

No que respeita às amostras incluídas, estas permitiram-nos diferentes olhares sobre o tema mas pensamos que poderia ter havido um foco maior na amostra de recém-casados/coabitantes, face à enorme riqueza que emergiu fruto da entrevista com eles. De facto, o artigo final é apenas um recorte de uma variedade de conteúdos partilhados, pelo que outras dimensões poderão ainda ser desenvolvidas, como a história do casal e o percurso de escolha por uma ou outra opção de conjugalidade, e um olhar mais aprofundado sobre os aliados e barreiras da transição. Interessante seria também fazer um estudo de caso sobre casais que foram entrevistados quando ainda namorados e que casaram ou foram viver juntos entretanto, possibilitando um recorte longitudinal.

Quanto à escolha dos instrumentos adaptados para a população portuguesa neste trabalho, consideramos serem adequados quer pelo seu tamanho quer pela sua aplicabilidade e dimensões avaliadas, porém, como indicado na discussão de cada artigo quantitativo (estudo 3 e 4), é necessária validação adicional para ambas as escalas, cruzando-as com outros instrumentos e aplicando-os novamente para validação temporal.

Adicionalmente, sem dúvida que o cariz exploratório dos diferentes estudos levantou diversas variáveis que podem ser aprofundadas por estudos quantitativos e, preferencialmente, longitudinais, até pela escassez de investigação em Portugal na faixa etária e fase relacional aqui abordada. Como afirmam Floyd e colaboradores (1995), *“perhaps the best way to improve interventions is to conduct more basic research to discover more of the pathways to marital success used by different couples”*<sup>59</sup> (p. 221).

No que concerne à intervenção de EPC apresentada, é necessário o desenvolvimento de um estudo piloto e de uma procura rigorosa de avaliação da sua estrutura, adequação e do seu impacto, com posterior publicação dos respectivos resultados. Reconhecemos também as potencialidades deste tipo de programas, principalmente pelo seu modelo teórico de base (sensível a várias estruturas e fases familiares), de abertura a outros públicos-alvo, com adaptação dos conteúdos, certamente, mas adequado, por exemplo, para casais em recasamento, para famílias reconstituídas, para o enriquecimento conjugal em fases diversas da relação dos casais, e para a transição para a parentalidade.

---

<sup>59</sup> “Talvez a melhor forma de melhorar as intervenções é conduzir mais investigação fundamental para descobrir mais sobre os caminhos para o sucesso conjugal usados por diferentes casais”; tradução da autora.



## Reflexões finais

O casal, e o casamento na sua vertente institucional, é provavelmente a organização humana mais antiga do mundo. No entanto, conta-nos a famosa história bíblica que nem o primeiro casal do mundo, Adão e Eva, ficou para sempre no Paraíso. Por escolhas profundamente ligadas à relação dos dois<sup>60</sup>, a saída do Éden implicou terem de lutar não só com as intempéries duma terra dura e exigente, como também com a sua própria relação, depois da perda da intimidade que havia no jardim. Sem dúvida que as grandes lutas do casal, no início da construção da sua história a dois, continuam a existir (com roupagens e cores diferentes, sem dúvida), e talvez tudo o que foi sendo escrito nesta tese pode ser relacionado a algo que alguém já descobriu, reflectiu, elaborou. No entanto, há algo de novo sob o sol, diz-nos o poeta italiano, mesmo em algo tão antigo como o casal... A cada época, em cada sociedade, novos desafios específicos emergem e esta é, sem dúvida, uma época complexa para as famílias. Como afirma Caillè, “numa cultura centrada na transformação permanente (...), o casal fica obviamente frágil. Frágil, no entanto, não é sinónimo de fraco.” (p. 130).

Se os jovens casais iniciam a sua vida com altos níveis de satisfação, no seu Paraíso relacional, os estudos mostram que os primeiros anos são decisivos para a solidificação da relação e, para muitos, para a sua dissolução. Com muitos desafios, ambiguidades e receios, a relação de casal, como começámos por dizer, continua a ser central e a ser desejada pelos jovens portugueses, como pelos de todo o mundo. Neste encontro de algo tão clássico como criar relações conjugais e dos novos desafios deste tempo, abre-se uma janela de oportunidade com um potencial especial de prevenir, apoiar, promover. Consideramos que as intervenções de EPC são uma modalidade meritória e relevante e que, no esforço de “lançar a primeira pedra”, delineando uma base teórica e empírica desta tese, desejamos ter contribuído para o domínio da Psicologia da Família com uma proposta de intervenção inovadora, com um futuro promissor de impacto nos casais portugueses, ultrapassando barreiras e conciliando a prática com o desejo de se ser rigoroso e científico.

Apresentamos um programa que não é importado de culturas e realidade sociais diferentes, mas pensado de forma a ser coerente teoricamente e relevante culturalmente. É um programa que procura não só atender a possíveis défices mas promover processos positivos, que apontam para o desenvolvimento harmonioso do casal, tendo em conta o respeito pela sua própria identidade relacional e pelas características individuais de cada elemento mas

---

<sup>60</sup> Não fosse o fruto proibido ter sido partilhado entre os dois e a consequência de tal levá-los a taparem-se, pois estavam nus diante um do outro...

desafiando o aprofundamento da relação, do contributo de cada elemento e do projecto em comum que o traz à intervenção.

Desbravámos terreno num tema novo, estudando as vivências normativas positivas dos jovens casais numa fase inicial da sua relação, contrariando o foco nas questões da violência e do desvio. Desenvolvemos um novo olhar sobre os relacionamentos hoje em dia, sobre as suas ambiguidades, transições, processos, oportunidades... No futuro queremos continuar a estudar estes casais, com investigação de qualidade, na procura de ultrapassar as limitações encontradas e com maior ambição. Ao mesmo tempo, consideramos que, não obstante as limitações e necessidade de maior aprofundamento, possuímos conhecimento suficiente para iniciarmos esta aventura das intervenções de EPC, honrando o risco igualmente feito pelos futuros participantes que aceitarem o nosso convite.

Procurámos esta articulação que diversos autores nos desafiam, de conjugar sistematicamente investigação e intervenção, reflexão e acção, ouvir para oferecer, identificar para apoiar... Ao recolhermos os desafios dos casais, ouvimos também as suas forças, e reconhecemos estas tensões estruturantes da vida a dois. Este alvo surge expresso de forma clara numa reflexão de Narciso e Costa (2002), que num estudo sobre conjugalidades satisfeitas, referem:

“(...) a necessidade de continuar a investigar a satisfação conjugal a partir de uma concepção não dualista, mas sim como um jogo dinâmico de pólos opostos. Tais investigações poderão contribuir para uma intervenção preventiva e terapêutica centrada mais nas competências dos casais do que nos problemas, mais na procura e aceitação da mudança do que no funcionamento estável, mais no processos de crescimento onde se cruzam satisfações e insatisfações do que na procura de um estado ideal e perfeito semelhante a um síndrome de utopia.”

“Síndrome de utopia”... Resta-nos talvez uma última reflexão... Diversos estudos têm focado o papel fundamental da ilusão na construção do casal, dessa perspectiva positiva muitas vezes desligada de avaliações mais pragmáticas e observacionais (Fowers et al., 2002; McNulty, O'Mara, & Karney, 2008; S. L. Murray & Holmes, 1997). São estas ilusões positivas face ao parceiro e à relação que de certa forma permitem ao casal dar o salto de fé do compromisso, mesmo num contexto adverso (S. L. Murray & Holmes, 1997). Não deve ser, assim, objectivo do programa de EPC desconstruir as ilusões, no fundo, a magia e o optimismo associados ao início da vida conjugal. Não obstante, devemos procurar um equilíbrio, ao compreender que o investimento não anula nem implica acabar com as ilusões positivas, afirmando que, de facto, trabalhar para que as ilusões sejam acompanhadas por uma dedicação intencional permite,

como diriam Narciso e Costa (2002) não criar um perigoso síndrome de utopia, e entendendo, como afirma Stanley, que “the illusion without the investment is delusion.”<sup>61</sup>.

É esta a intervenção que pretendemos, uma que reforce a magia da relação e da identidade do casal mas que desperte recursos e dedicação à manutenção, ou melhor, à recriação dessa mesma magia. Com diz, Bertalanffy (1968), “to awake creative potentialities is more important than a passive adjustment” (p. 292). Terminamos da mesma forma que no primeiro artigo desta dissertação... As intervenções preventivas de educação pré-conjugal podem ser apenas uma gota de água num oceano de possibilidades e necessidades de intervenção, mas somos inspirados pelas palavras de Guastello e Liebovitch (2009), que “um pequeno *input* no tempo certo pode produzir um resultado dramático” (p. 1).

---

<sup>61</sup> “A ilusão sem o investimento é delírio”; tradução feita pela autora; citação retirada do *blog* pessoal de Scott Stanley, *Sliding vs. Deciding*, <http://slidingvsdeciding.blogspot.it/2012/11/divorce-is-answer-shorter-time.html>



## Referências Bibliográficas

- Adler-Baeder, F., Higginbotham, B., & Lamke, L. (2004). Putting empirical knowledge to work: Linking research and programming on marital quality. *Family Relations, 53*(5), 537-546. doi: 10.1111/j.0197-6664.2004.00063.x
- Alarcão, M. (2006). *(Des)Equilíbrios familiares: Uma visão sistémica* (3ª ed. ed.). Coimbra: Quarteto.
- Andolfi, M., Angelo, C., & Saccu, C. (Eds.). (1995). *O casal em crise*. São Paulo: Summus Editorial.
- Antle, B., Sar, B., Christensen, D., Karam, E., Ellers, F., Barbee, A., & van Zyl, M. (2013). The impact of the Within My Reach relationship training on relationship skills and outcomes for low-income individuals. *Journal of Marital And Family Therapy, 39*(3), 346-357. doi: 10.1111/j.1752-0606.2012.00314.x
- Arksey, H., & Knight, P. T. (1999). *Interviewing for social scientists: An introductory resource with examples*. Great Britain: SAGE Publications.
- Arnett, J. J. (2001). Conceptions of the transition to adulthood: Perspectives from adolescence through midlife. *Journal of Adult Development, 8*(2), 133-143. doi: 10.1023/A:1026450103225
- Baucom, D. H., Hahlweg, K., Atkins, D. C., Thurmaier, F., & Engl, J. (2006). Long-term prediction of marital quality following a relationship education program: Being positive in a constructive way. *Journal of Family Psychology, 20*(3), 448-455. doi: 10.1037/0893-3200.20.3.448
- Bertalanffy, L. (1968). *Teoria geral dos sistemas*. São Paulo: Vozes.
- Blanchard, V. L., Hawkins, A. J., Baldwin, S. A., & Fawcett, E. B. (2009). Investigating the effects of marriage and relationship education on couples' communication skills: A meta-analytic study. *Journal of Family Psychology, 23*(2), 203-214. doi: 10.1037/a0015211
- Bodenmann, G., Pihet, S., & Kayser, K. (2006). The relationship between dyadic coping and marital quality: A 2-year longitudinal study. *Journal of Family Psychology, 20*(3), 485-493. doi: 10.1037/0893-3200.20.3.485
- Bodenmann, G., & Randall, A. K. (2012). Common factors in the enhancement of dyadic coping. *Behavior Therapy, 43*(1), 88-98. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.beth.2011.04.003>
- Bodenmann, G., & Shantinath, S. D. (2004). The Couples Coping Enhancement Training (CCET): A new approach to prevention of marital distress based upon stress and coping. *Family Relations, 53*(5), 477-484. doi: 10.1111/j.0197-6664.2004.00056.x
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. New York, NY: Basic Books.

- Braaten, E., & Rosen, L. (1998). Development and Validation of the Marital Attitude Scale. *Journal of Divorce & Remarriage*, 29(3-4), 83-91.
- Bradbury, T. N. (Ed.). (1998). *The developmental course of marital dysfunction*. New York: Cambridge University Press.
- Bradbury, T. N., & Karney, B. R. (2004). Understanding and altering the longitudinal course of marriage. *Journal of Marriage and Family*, 66, 862-879. doi: 10.1111/j.0022-2445.2004.00059.x
- Bradbury, T. N., Karney, B. R., Iafate, R., & Donato, S. (2010). Building better intimate relationships: Advances in linking basic research and preventive interventions. In V. Cigoli & M. Gennari (Eds.), *Close relationships and community psychology: An international perspective* (pp. 224-240). Milan, Italy: Franco Angeli.
- Bradbury, T. N., & Lavner, J. A. (2012). How can we improve preventive and educational interventions for intimate relationships? *Behavior Therapy*, 43(1), 113-122. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.beth.2011.02.008>
- Bronfenbrenner, U. (1986). Ecology of the family as a context for human development: Research perspectives. *Developmental Psychology*, 22(6), 723-742. doi: 10.1037/0012-1649.22.6.723
- Bronfenbrenner, U. (1994). Ecological models of human development *International Encyclopedia of Education* (2nd. ed., Vol. 3). Oxford: Elsevier.
- Bryant, F. B., & Veroff, J. (2007). *Savoring: A New Model of Positive Experience*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Busby, D. M., Ivey, D. C., Harris, S. M., & Ates, C. (2007). Self-directed, therapist-directed, and assessment-based interventions for premarital couples. *Family Relations*, 56(3), 279-290. doi: 10.1111/j.1741-3729.2007.00459.x
- Caillè, P. (1991). *Um e um são três: O casal se auto-revela*. SP, Brasil: Summus Editorial.
- Campbell, K., & Ponzetti, J. J., Jr. (2007). The moderating effects of rituals on commitment in premarital involvements. *Sexual and Relationship Therapy*, 22(4), 415-428.
- Campbell, L., Martin, R. A., & Ward, J. R. (2008). An observational study of humor use while resolving conflict in dating couples. *Personal Relationships*, 15(1), 41-55.
- Caplan, G. (1964). *Principles of preventive psychiatry*. Oxford, England: Basic Books.
- Carr, A. (2008). Theories That Focus on Belief Systems. *Family Therapy* (2nd ed., pp. 110-153). Chichester, UK: John Wiley & Sons Ltd.
- Carrère, S., Buehlman, K. T., Gottman, J. M., Coan, J. A., & Ruckstuhl, L. (2000). Predicting marital stability and divorce in newlywed couples. *Journal of Family Psychology*, 14(1), 42-58.

- Carroll, J. S., & Doherty, W. J. (2003). Evaluating the effectiveness of premarital prevention programs: A meta-analytic review of outcome research. *Family Relations*, 52(2), 105-118. doi: 10.1111/j.1741-3729.2003.00105.x
- Carter, B., & McGoldrick, M. (1988). *The changing family life cycle: A framework for family therapy* (2nd ed.). New York, NY, US: Gardner Press.
- Chang, J., & Nylund, D. (2013). Narrative and solution-focused therapies: A twenty-year retrospective. *Journal of Systemic Therapies*, 32(2), 72-88. doi: 10.1521/jsyt.2013.32.2.72
- Cherlin, A. J. (2004). The deinstitutionalization of American marriage. *Journal of Marriage and Family*, 66(4), 848-861. doi: 10.1111/j.0022-2445.2004.00058.x
- Cherlin, A. J. (2010). Demographic trends in the United States: A review of research in the 2000s. *Journal of Marriage and Family*, 72(3), 403-419. doi: 10.1111/j.1741-3737.2010.00710.x
- Clements, M. L., Stanley, S. M., & Markman, H. J. (2004). Before they said 'I do': Discriminating among marital outcomes over 13 years. *Journal of Marriage and Family*, 66(3), 613-626. doi: 10.1111/j.0022-2445.2004.00041.x
- Collins, W. A., & van Dulmen, M. (2006). Friendships and romance in emerging adulthood: Assessing distinctiveness in close relationships. In J. J. Arnett & J. L. Tanner (Eds.), *Emerging adults in America: Coming of age in the 21st century*. (pp. 219-234). Washington, DC US: American Psychological Association.
- Conger, R. D., Cui, M., Bryant, C. M., & Elder, G. H., Jr. (2000). Competence in early adult romantic relationships: A developmental perspective on family influences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(2), 224-237.
- Costa-Ramalho, S., Pinto, A. M., & Ribeiro, M. T. (2014). *Savoring in couplehood: An adaptation study of the Portuguese version of the Ways of Savoring Checklist*. Manuscript submitted for publication.
- Costa, M. E. (1987). Promoção de competências de comunicação num grupo de jovens casais. *Cadernos de Consulta Psicológica*, 3, 127-132.
- Costa, M. E. (2002). Generatividade: Questões de desenvolvimento e de intervenção psicológica. *Cadernos de Consulta Psicológica*, 17/18, 29-35.
- Costa, M. E. (2005). *À procura da intimidade*. Portugal: Edições Asa.
- Cowan, P. A., & Cowan, C. P. (2003). Normative family transitions, normal family processes, and healthy child development. In F. Walsh (Ed.), *Normal family processes: Growing diversity and complexity (3rd ed.)*. (pp. 424-459). New York, NY, US: Guilford Press.
- Cruz, H., & Pinho, I. (2006). *Pais: Uma experiência*. Porto: Papiro Editora.

- Cunningham, M., & Thornton, A. (2006). The Influences of Parents' and Offsprings' Experience with Cohabitation, Marriage, and Divorce on Attitudes Toward Divorce in Young Adulthood. *Journal of Divorce & Remarriage*, 44(1), 119-144.
- Cunningham, M., & Thornton, A. (2007). Direct and Indirect Influences of Parents' Marital Instability on Children's Attitudes Toward Cohabitation in Young Adulthood. *Journal of Divorce & Remarriage*, 46(3), 125 - 143.
- Daire, A. P., Harris, S. M., Carlson, R. G., Munyon, M. D., Rappleyea, D. L., Beverly, M. G., & Hiett, J. (2012). Fruits of Improved Communication: The Experiences of Hispanic Couples in a Relationship Education Program. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 11(2), 112-129. doi: 10.1080/15332691.2012.666498
- Donato, S., lafrate, R., Bradbury, T. N., & Scabini, E. (2012). Acquiring dyadic coping: Parents and partners as models. *Personal Relationships*, 19(2), 386-400. doi: 10.1111/j.1475-6811.2011.01368.x
- Driver, J. L., & Gottman, J. M. (2004). Daily marital interactions and positive affect during marital conflict among newlywed couples. *Family Process*, 43(3), 301-314. doi: 10.1111/j.1545-5300.2004.00024.x
- Duncan, S. F., & Goddard, H. W. (2011a). Designing Comprehensive Family Life Education Prevention Programs. In S. F. Duncan & H. W. Goddard (Eds.), *Family life education: Principles and practices for effective outreach* (2nd ed., pp. 27-55). Thousand Oaks, CA: SAGE Publications, Inc.
- Duncan, S. F., & Goddard, H. W. (Eds.). (2011b). *Family life education: Principles and practices for effective outreach*. Thousand Oaks, CA: SAGE Publications, Inc.
- Duncan, S. F., Holman, T. B., & Yang, C. (2007). Factors associated with involvement in marriage preparation programs. *Family Relations*, 56(3), 270-278.
- Duvall, E. M. (1962). *Family development*. New York: Lippincott.
- Duvall, E. M., & Miller, B. C. (1985). *Marriage and family development* (6th ed.). Michigan: Harper & Row.
- Duvander, A.-Z. E. (1999). The transition from cohabitation to marriage: A longitudinal study of the propensity to marry in Sweden in the early 1990s. *Journal of Family Issues*, 20(5), 698-717.
- Erikson, E. H. (1976). *Infância e sociedade* (2ªed. ed.). Rio de Janeiro: Zahar.
- Falicov, C. J. (1991). *Family transitions: Continuity and change over the life cycle*. New York: Guilford Press.



- Felner, R. D., Felner, T. Y., & Silverman, M. M. (2000). Prevention in mental health and social intervention. In J. Rappaport & E. Seidman (Eds.), *Handbook of Community Psychology* (pp. 9-42). New York: Springer US.
- Ferreira, L. C., Narciso, I., & Novo, R. (2013). Authenticity, work and change: A qualitative study on couple intimacy. *Families, Relationships and Societies*, 2(3), 339-354. doi: <http://dx.doi.org/10.1332/204674313X668569>
- Ferreira, L. C., Narciso, I., & Novo, R. F. (2011). Intimacy, sexual desire and differentiation in couplehood: A theoretical and methodological review. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 38(3), 263-280. doi: 10.1080/0092623X.2011.606885
- Fincham, F. D., & Beach, S. R. H. (2010). Of memes and marriage: Toward a positive relationship science. *Journal of Family Theory & Review*, 2(1), 4-24. doi: 10.1111/j.1756-2589.2010.00033.x
- Fincham, F. D., Stanley, S. M., & Beach, S. R. H. (2007). Transformative processes in marriage: An analysis of emerging trends. *Journal of Marriage and Family*, 69(2), 275-292. doi: 10.1111/j.1741-3737.2007.00362.x
- Fincham, F. D., Stanley, S. M., & Rhoades, G. K. (2011). Relationship education in emerging adulthood: Problems and prospects. In F. D. Fincham & M. Cui (Eds.), *Romantic relationships in emerging adulthood* (pp. 293-316). New York, NY, US: Cambridge University Press.
- Floyd, F. J., Markman, H. J., Kelly, S., Blumberg, S. L., & Stanley, S. (1995). Preventive intervention and relationship enhancement. In N. S. Jacobson & A. S. Gurman (Eds.), *Clinical handbook of couple therapy* (pp. 212-226). New York: Guilford.
- Fowers, B. J. (2000). *Beyond the myth of marital happiness: How embracing the virtues of loyalty, generosity, justice, and courage can strengthen your relationship*. San Francisco, CA, US: Jossey-Bass.
- Fowers, B. J., & Olson, D. H. (1992). Four types of premarital couples: An empirical typology based on PREPARE. *Journal of Family Psychology*, 6(1), 10-21.
- Fowers, B. J., Veingrad, M., & Dominicus, C. (2002). The unbearable lightness of positive illusions: Engaged individuals' explanations of unrealistically positive relationship perceptions. *Journal of Marriage and Family*, 64(2), 450-460. doi: 10.1111/j.1741-3737.2002.00450.x
- Gaspar, M. F., & Seabra-Santos, M. J. (Eds.). (2010). *Os Anos Incríveis: Guia de resolução de problemas de pais de crianças dos 2 aos 8 anos de idade*. Braga: Psiquilibrios.
- Gilgun, J. F. (2005). Qualitative research and Family Psychology. *Journal of Family Psychology*, 19(1), 40-50. doi: 10.1037/0893-3200.19.1.40

- Gomez, R., & Leal, I. (2008). Ajustamento conjugal: Características psicométricas da versão portuguesa da Dyadic Adjustment Scale. *Análise Psicológica*, 4, 625-638.
- Gordon, R. S. (1983). An operational classification of disease prevention. *Public Health Reports*, 98(2), 107-109.
- Gottman, J. M., Carrère, S., Swanson, C., & Coan, J. A. (2000). Reply to 'From basic research to interventions.'. *Journal of Marriage and Family*, 62(1), 265-273. doi: 10.1111/j.1741-3737.2000.00265.x
- Gottman, J. M., & Levenson, R. W. (1999). Dysfunctional marital conflict: Women are being unfairly blamed. *Journal of Divorce & Remarriage*, 31(3), 1-17.
- Gottman, J. M., & Silver, N. (1999). *The seven principles for making marriage work*. New York: Three Rivers Press.
- Guastello, S. J., & Liebovitch, L. S. (2009). Introduction to nonlinear dynamics and complexity. In S. J. Guastello, M. Koopmans & D. Pincus (Eds.), *Chaos and complexity in Psychology: Theory of nonlinear dynamics* (pp. 1-40). New York: Cambridge University Press.
- Guba, E., & Lincoln, Y. (1994). Competing paradigms in qualitative research. In N. Denzin & Y. Lincoln (Eds.), *Handbook of qualitative research* (pp. 105-117). Thousand Oaks: SAGE Publications.
- Gulotta, G. (1993). *Comédias e Dramas no Casamento: Psicologia e B.D. como guias na selva conjugal* (M. T. Ribeiro, Trans.). Lisboa: Relógio d'Água.
- Gurman, A. S. (Ed.). (2008). *Clinical Handbook of Couple Therapy, Fourth Edition*. New York: Guilford Publications.
- Hahlweg, K., Markman, H. J., Thurmaier, F., Engl, J., & Eckert, V. (1998). Prevention of marital distress: Results of a German prospective longitudinal study. *Journal of Family Psychology*, 12(4), 543-556. doi: 10.1037/0893-3200.12.4.543
- Halford, W. K. (1999). Australian couples in millennium three: A research and development agenda for marriage and relationship education. Canberra: Australian Department of Family and Community Services.
- Halford, W. K. (2004). The future of couple relationship education: Suggestions on how it can make a difference. *Family Relations*, 53(5), 559-566. doi: 10.2307/20456773
- Halford, W. K. (2011). *Marriage and relationship education: What works and how to provide it*. New York: Guilford Publications.
- Halford, W. K., & Bodenmann, G. (2013). Effects of relationship education on maintenance of couple relationship satisfaction. *Clinical Psychology Review*, 33(4), 512-525. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.cpr.2013.02.001>

- Halford, W. K., Bouma, R., Kelly, A., & Young, R. M. (1999). Individual psychopathology and marital distress: Analyzing the association and implications for therapy. *Behavior Modification, 23*(2), 179-216. doi: 10.1177/0145445599232001
- Halford, W. K., Lizzio, A., Wilson, K. L., & Occhipinti, S. (2007). Does working at your marriage help? Couple relationship self-regulation and satisfaction in the first 4 years of marriage. *Journal of Family Psychology, 21*(2), 185-194. doi: 10.1037/0893-3200.21.2.185
- Halford, W. K., Markman, H. J., Kline, G. H., & Stanley, S. M. (2003). Best practice in couple relationship education. *Journal of Marital & Family Therapy, 29*(3), 385-406. doi: 10.1111/j.1752-0606.2003.tb01214.x
- Halford, W. K., Markman, H. J., & Stanley, S. M. (2008). Strengthening couples' relationships with education: Social policy and public health perspectives. *Journal of Family Psychology, 22*(4), 497-505. doi: 10.1037/a0012789
- Halford, W. K., & Moore, E. N. (2002). Relationship Education and the Prevention of Couple Relationship Problems. In N. S. Jacobson & A. S. Gurman (Eds.), *Clinical Handbook of Couple Therapy* (pp. 400-419). New York: The Guilford Press.
- Halford, W. K., O'Donnell, C., Lizzio, A., & Wilson, K. L. (2006). Do couples at high risk of relationship problems attend premarriage education? *Journal of Family Psychology, 20*(1), 160-163. doi: 10.1037/0893-3200.20.1.160
- Halford, W. K., & Petch, J. (2010). Couple psychoeducation for new parents: Observed and potential effects on parenting. *Clinical Child & Family Psychology Review, 13*(2), 164-180. doi: 10.1007/s10567-010-0066-z
- Halford, W. K., Sanders, M. R., & Behrens, B. C. (2001). Can skills training prevent relationship problems in at-risk couples? Four-year effects of a behavioral relationship education program. *Journal of Family Psychology, 15*(4), 750-768. doi: 10.1037/0893-3200.15.4.750
- Halford, W. K., & Snyder, D. K. (2012). Universal processes and common factors in couple therapy and relationship education: Guest editors: W. Kim Halford and Douglas K. Snyder. *Behavior Therapy, 43*(1), 1-12. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.beth.2011.01.007>
- Halford, W. K., Wilson, K., Watson, B., Verner, T., Larson, J. H., Busby, D., & Holman, T. (2010). Couple relationship education at home: Does skill training enhance relationship assessment and feedback? *Journal of Family Psychology, 24*(2), 188-196. doi: 10.1037/a0018786

- Hawkins, A. J., Blanchard, V. L., Baldwin, S. A., & Fawcett, E. B. (2008). Does marriage and relationship education work? A meta-analytic study. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 76*(5), 723-734.
- Hawkins, A. J., Carroll, J. S., Doherty, W. J., & Willoughby, B. (2004). A comprehensive framework for marriage education. *Family Relations, 53*(5), 547-558. doi: 10.1111/j.0197-6664.2004.00064.x
- Hawkins, A. J., Stanley, S. M., Blanchard, V. L., & Albright, M. (2012). Exploring programmatic moderators of the effectiveness of marriage and relationship education programs: A meta-analytic study. *Behavior Therapy, 43*(1), 77-87. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.beth.2010.12.006>
- Hesse-Biber, S. N., & Leavy, P. (2011). *The practice of qualitative research* (2nd ed. ed.). Thousand Oaks: SAGE Publications.
- Holman, T. B. (2001). *Premarital prediction of marital quality or breakup: Research, theory and practice*. New York: Springer.
- Hsueh, A. C., Morrison, K. R., & Doss, B. D. (2009). Qualitative reports of problems in cohabiting relationships: Comparisons to married and dating relationships. *Journal of Family Psychology, 23*(2), 236-246. doi: 10.1037/a0015364
- Huston, T. L., Caughlin, J. P., Houts, R. M., Smith, S. E., & George, L. J. (2001). The connubial crucible: Newlywed years as predictors of marital delight, distress, and divorce. *Journal of Personality and Social Psychology, 80*(2), 237-252.
- Iafrate, R., Donato, S., & Bertoni, A. (2010). Conoscere e promuovere il legame di coppia: Risultati di ricerca ed indicazioni per un intervento preventivo. *INTAMS review, 16*, 65-82. doi: 10.2143/INT.16.1.2056197
- Iafrate, R., & Rosnati, R. (Eds.). (2012). *Riconoscersi genitori: I percorsi di promozione e arricchimento del Legame Genitoriale*. Trento, Italia: Erickson.
- INE. (2013). *Estatísticas demográficas 2012*. Lisboa: Instituto Nacional de Estatística, IP.
- Johnson, S. M. (2004). *The practice of emotionally focused couple therapy: Creating connection* (2nd ed.). New York: Brunner-Routledge.
- Kalmijn, M. (2004). Marriage rituals as reinforcers of role transitions: An analysis of weddings in the Netherlands. *Journal of Marriage and Family, 66*(3), 582-594. doi: 10.1111/j.0022-2445.2004.00039.x
- Kalmijn, M. (2007). Explaining cross-national differences in marriage, cohabitation, and divorce in Europe, 1990-2000. *Population Studies: A Journal of Demography, 61*(3), 243-263.

- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (2005). Contextual influences on marriage: Implications for policy and intervention. *Current Directions in Psychological Science, 14*(4), 171-174. doi: 10.1111/j.0963-7214.2005.00358.x
- Karney, B. R., & Gauer, B. (2010). Cognitive complexity and marital interaction in newlyweds. *Personal Relationships, 17*(2), 181-200. doi: 10.1111/j.1475-6811.2010.01271.x
- Kettner, P. M., Moroney, R. M., & Martin, L. L. (2008). *Designing and managing programs: An effectiveness-based approach* (3rd ed.). U.S.A.: SAGE Publications, Inc.
- Landis, M., Peter-Wight, M., Martin, M., & Bodenmann, G. (2013). Dyadic coping and marital satisfaction of older spouses in long-term marriage. *GeroPsych: The Journal of Gerontopsychology and Geriatric Psychiatry, 26*(1), 39-47. doi: 10.1024/1662-9647/a000077
- Larson, J. H. (2003). *The Great Marriage Tune-Up Book: A Proven Program for Evaluating and Renewing Your Relationship*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Larson, J. H. (2004). Innovations in marriage education: Introduction and challenges. *Family Relations, 53*(5), 421-424. doi: 10.1111/j.0197-6664.2004.00049.x
- Larson, J. H., & Halford, K. (2011). One size does not fit all: Customizing couple education. In J. Wetchler (Ed.), *Handbook of clinical issues in couple therapy* (pp. 293-309). Philadelphia, PA: Taylor and Francis.
- Larson, J. H., & Holman, T. B. (1994). Premarital predictors of marital quality and stability. *Family Relations, 43*, 228-237. doi: 10.2307/585327
- Larson, J. H., Newell, K., Topham, G., & Nichols, S. (2002). A review of three comprehensive premarital assessment questionnaires. *Journal of Marital And Family Therapy, 28*(2), 233-239. doi: 10.1111/j.1752-0606.2002.tb00360.x
- Larson, J. H., Vatter, R. S., Galbraith, R. C., Holman, T. B., & Stahmann, R. F. (2007). The RELATIONSHIP Evaluation (RELATE) With Therapist-Assisted Interpretation: Short-Term Effects on Premarital Relationships. *Journal of Marital And Family Therapy, 33*(3), 364-374. doi: 10.1111/j.1752-0606.2007.00036.x
- Lauer, S., & Yodanis, C. (2010). The deinstitutionalization of marriage revisited: A new institutional approach to marriage. *Journal of Family Theory & Review, 2*(1), 58-72. doi: 10.1111/j.1756-2589.2010.00039.x
- Laurenceau, J.-P., Stanley, S. M., Olmos-Gallo, A., Markman, H. J., & Baucom, B. (2004). Community-based prevention of marital dysfunction: Multilevel modeling of a randomized effectiveness study. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 72*(6), 933-943.

- Lazarus, A. A. (2001). *Marital Myths Revisited: A fresh look at two dozen mistaken beliefs about marriage* (2nd ed.). California: Impact Publishers.
- Lee, N., & Lee, S. (2009). Case study: The Marriage Course. In H. Benson & S. Callan (Eds.), *What works in relationship education: Lessons from academics and service deliverers in the United States and Europe* (pp. 117-120). Doha, Qatar: Doha International Institute for Family Studies and Development.
- Lieser, M. L., Tambling, R. B., Bischof, G. H., & Murry, N. (2007). Inclusion of sexuality in relationship education programs. *The Family Journal*, 15(4), 374-380. doi: 10.1177/1066480707304948
- Lind, W. (2008). *Casais biculturais e monoculturais: Diferenças e recursos*. (Dissertação de Doutoramento em Psicologia), Universidade de Lisboa, Lisboa.
- Lindsay, J. M. (2000). An ambiguous commitment: Moving in to a cohabiting relationship. *Journal of Family Studies*, 6(1), 120-134.
- Locke, H. J., & Wallace, K. M. (1959). Short marital-adjustment and prediction tests: Their reliability and validity. *Marriage & Family Living*, 21, 251-255.
- Machado, C., Matos, M., & Moreira, A. I. (2003). Violência nas relações amorosas: Comportamentos e atitudes na população universitária. *Psicologica*, 33, 69-83.
- Mahoney, A., Pargament, K. I., Tarakeshwar, N., & Swank, A. B. (2001). Religion in the home in the 1980s and 1990s: A meta-analytic review and conceptual analysis of links between religion, marriage, and parenting. *Journal of Family Psychology*, 15(4), 559-596. doi: 10.1037/0893-3200.15.4.559
- Manning, W. D., & Smock, P. J. (2002). First Comes Cohabitation and Then Comes Marriage?: A Research Note. *Journal of Family Issues*, 23(8), 1065-1087.
- Markman, H. J., & Halford, W. K. (2005). International Perspectives on Couple Relationship Education. *Family Process*, 44(2), 139-146.
- Markman, H. J., Renick, M. J., Floyd, F. J., Stanley, S. M., & Clements, M. (1993). Preventing marital distress through communication and conflict management training: A 4- and 5-year follow-up. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61(1), 70-77.
- Markman, H. J., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., & Peterson, K. M. (2013). A randomized clinical trial of the effectiveness of premarital intervention: Moderators of divorce outcomes. *Journal of Family Psychology*, 27(1), 165-172. doi: 10.1037/a0031134
- Markman, H. J., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., Ragan, E. P., & Whitton, S. W. (2010). The premarital communication roots of marital distress and divorce: The first five years of marriage. *Journal of Family Psychology*, 24(3), 289-298. doi: 10.1037/a0019481

- Markman, H. J., Stanley, S. M., & Blumberg, S. L. (2010). *Fighting for your marriage: A deluxe revised edition of the classic best-seller for enhancing marriage and preventing divorce*. USA: John Wiley & Sons.
- Markman, H. J., Stanley, S. M., Jenkins, N. H., Wadsworth, M. E., & Petrella, J. N. (2006). Preventive Education: Distinctives and Directions. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 20(4), 411-433.
- Markman, H. J., Whitton, S. W., Kline, G. H., Stanley, S. M., Thompson, H., Peters, M. S., . . . Cordova, A. (2004). Use of an empirically based marriage education program by religious organizations: Results of a dissemination trial. *Family Relations*, 53(5), 504-512. doi: 10.1111/j.0197-6664.2004.00059.x
- Matos, M., Machado, C., Caridade, S., & Silva, M. J. (2006). Prevenção da violência nas relações de namoro: Intervenção com jovens em contexto escolar. *Psicologia: Teoria e Prática*, 8(1), 55-75.
- Matos, M. G. d., Reis, M., Ramiro, L., Borile, M., Berner, E., Vázquez, S., . . . Vilar, D. (2009). Educação sexual em Portugal e em vários países da América Latina. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 10, 149-158.
- McGoldrick, M., Gerson, R., & Petry, S. (2008). *Genograms: Assessment and Intervention* (3rd ed.). NY, USA: W. W. Norton & Company.
- McGoldrick, M., & Shibusawa, T. (2012). The family life cycle. In F. Walsh (Ed.), *Normal family processes: Growing diversity and complexity* (4th ed., pp. 375-398). New York: The Guilford Press.
- McNulty, J. K., O'Mara, E. M., & Karney, B. R. (2008). Benevolent cognitions as a strategy of relationship maintenance: 'Don't sweat the small stuff'....But it is not all small stuff. *Journal of Personality and Social Psychology*, 94(4), 631-646. doi: 10.1037/0022-3514.94.4.631
- Mikulincer, M., Florian, V., Cowan, P. A., & Cowan, C. P. (2002). Attachment security in couple relationships: A systemic model and its implications for family dynamics. *Family Process*, 41(3), 405-434.
- Minuchin, S. (1974). *Families and Family Therapy*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Moore, K. A., McCabe, M. P., & Brink, R. B. (2001). Are married couples happier in their relationships than cohabiting couples? Intimacy and relationship factors. *Sexual and Relationship Therapy*, 16(1), 35-46.
- Moreira, H., Amaral, A., & Canavarro, M. C. (2009). Adaptação do Personal Assessment of Intimacy in Relationships Scale (PAIR) para a população Portuguesa: Estudo das suas características psicométricas. *Psychologica*, 50, 353-373.

- Morgan, D. L. (1997). *Focus Groups as Qualitative Research* (2nd ed. Vol. 16). California: SAGE Publications, Inc
- Morris, M. L., & Carter, S. A. (1999). Transition to marriage: A literature review. *Journal of Family and Consumer Sciences Education*, 17(1), 1-21.
- Murray, C. E. (2005). Prevention work: A professional responsibility for marriage and family counselors. *The Family Journal*, 13(1), 27-34. doi: 10.1177/1066480704269179
- Murray, C. E., & Murray Jr., T. L. (2004). Solution-focused premarital counseling: Helping couples build a vision for their marriage. *Journal of Marital And Family Therapy*, 30(3), 349-358. doi: 10.1111/j.1752-0606.2004.tb01245.x
- Murray, S. L., & Holmes, J. G. (1997). A leap of faith? Positive illusions in romantic relationships. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 23(6), 586-604. doi: 10.1177/0146167297236003
- Narciso, I., & Costa, M. E. (2002). Percursos de mudança na qualidade conjugal: Fragmentos de um estudo sobre conjugalidades satisfeitas. *Cadernos de Consulta Psicológica*, 17-18, 181-195.
- Narciso, I., & Ribeiro, M. T. (2009). *Olhares sobre a Conjugalidade*. Lisboa: Coisas de Ler.
- Nation, M., Crusto, C., Wandersman, A., Kumpfer, K. L., Seybolt, D., Morrissey-Kane, E., & Davino, K. (2003). What works in prevention: Principles of effective prevention programs. *American Psychologist*, 58(6-7), 449-456. doi: 10.1037/0003-066X.58.6-7.449
- Neff, L. A., & Karney, B. R. (2004). How does context affect intimate relationships? Linking external stress and cognitive processes within marriage. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30(2), 134-148. doi: 10.1177/0146167203255984
- Neff, L. A., & Karney, B. R. (2009). Stress and reactivity to daily relationship experiences: How stress hinders adaptive processes in marriage. *Journal of Personality and Social Psychology*, 97(3), 435-450.
- Niehuis, S., Huston, T. L., & Rosenband, R. (2006). From courtship into marriage: A new developmental model and methodological critique. *Journal of Family Communication*, 6(1), 23-47. doi: 10.1207/s15327698jfc0601\_3
- Observatório das Famílias e das Políticas de Família. (2013). Relatório 2012: Observatório das Famílias e das Políticas de Família. Lisboa: Instituto de Ciências Sociais.
- Olson, D. H., & Olson-Sigg, A. K. (1999). PREPARE/ENRICH Program: Version 2000. In B. Rony & M. T. Hannah (Eds.), *Preventive Approaches in Couples Therapy* (pp. 196-216). Philadelphia, PA: Brunner/Mazel.
- Owen, J., Antle, B., & Barbee, A. (2013). Alliance and group cohesion in relationship education. *Family Process*, 52(3), 465-476. doi: 10.1111/famp.12039



- Pape Cowan, C., & Cowan, P. A. (2005). Two central roles for couple relationships: Breaking negative intergenerational patterns and enhancing children's adaptation. *Sexual and Relationship Therapy, 20*(3), 275-288. doi: 10.1080/14681990500140859
- Parker, R. (2002). *Why marriages last: A discussion of the literature*. Melbourne, Australia: Australian Institute of Family Studies - Commonwealth of Australia.
- Pasch, L. A., & Bradbury, T. N. (1998). Social support, conflict, and the development of marital dysfunction. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 66*(2), 219-230. doi: 10.1037/0022-006X.66.2.219
- Pearson, J. C., Child, J. T., & Carmon, A. F. (2010). Rituals in Committed Romantic Relationships: The Creation and Validation of an Instrument. *Communication Studies, 61*(4), 464-483. doi: 10.1080/10510974.2010.492339
- Perez, C., Brown, M. D., Whiting, J. B., & Harris, S. M. (2013). Experiences of latino couples in relationship education: A critical analysis. *The Family Journal, 21*(4), 377-385. doi: 10.1177/1066480713488525
- Pihet, S., Bodenmann, G., Cina, A., Widmer, K., & Shantinath, S. (2007). Can prevention of marital distress improve well-being? A 1 year longitudinal study. *Clinical Psychology & Psychotherapy, 14*(2), 79-88. doi: 10.1002/cpp.522
- Quirk, K., Owen, J., Inch, L. J., France, T., & Bergen, C. (2013). The alliance in relationship education programs. *Journal of Marital And Family Therapy, n/a-n/a*. doi: 10.1111/jmft.12019
- Regan, P. C. (2008). *The Mating Game: A Primer on Love, Sex, and Marriage* (2 ed.): SAGE Publications.
- Reis, H. T., Clark, M. S., & Holmes, J. G. (2004). Perceived partner responsiveness as an organizing construct in the study of intimacy and closeness. In D. Mashek & A. Aron (Eds.), *The handbook of closeness and intimacy* (pp. 201-225). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Relationships Australia Inc. (2008). *Relationships Indicators Survey*. Australia: Relationships Australia Inc. / CUA.
- Relvas, A. P. (2006). *O Ciclo Vital da Família* (4th ed.). Porto: Edições Afrontamento.
- Rhoades, G. K., Stanley, S. M., & Markman, H. J. (2006). Pre-engagement Cohabitation and Gender Asymmetry in Marital Commitment. *Journal of Family Psychology, 20*(4), 553-560. doi: 10.1037/0893-3200.20.4.553
- Rhoades, G. K., Stanley, S. M., & Markman, H. J. (2009a). Couples' Reasons for Cohabitation: Associations With Individual Well-Being and Relationship Quality. *Journal of Family Issues, 30*(2), 233-258. doi: 10.1177/0192513x08324388

- Rhoades, G. K., Stanley, S. M., & Markman, H. J. (2009b). The pre-engagement cohabitation effect: A replication and extension of previous findings. *Journal of Family Psychology, 23*(1), 107-111. doi: 10.1037/a0014358
- Rhoades, G. K., Stanley, S. M., & Markman, H. J. (2009c). Working with Cohabitation in Relationship Education and Therapy. *Journal of Couple & Relationship Therapy, 8*(2), 95-112. doi: 10.1080/15332690902813794
- Ribeiro, M. T. (2005). Casais de meia-idade: Estudos com casais portugueses numa perspectiva sistémica. *Psicologia, 19*(1-2), 57-85.
- Rogge, R. D., Bradbury, T. N., Hahlweg, K., Engl, J., & Thurmaier, F. (2006). Predicting marital distress and dissolution: Refining the two-factor hypothesis. *Journal of Family Psychology, 20*(1), 156-159.
- Rogge, R. D., Cobb, R. J., Lawrence, E., Johnson, M. D., & Bradbury, T. N. (2013). Is skills training necessary for the primary prevention of marital distress and dissolution? A 3-year experimental study of three interventions. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 81*(6), 949-961. doi: 10.1037/a0034209
- Rowden, T. J., Harris, S. M., & Stahmann, R. F. (2006). Group Premarital Counseling Using a Premarital Assessment Questionnaire: Evaluation from Group Leaders. *American Journal of Family Therapy, 34*(1), 47-61. doi: 10.1080/01926180500301394
- Rusconi, A. (2004). Different pathways out of the parental home: A comparison of West Germany and Italy. *Journal of Comparative Family Studies, 35*(4), 627-649.
- Saavedra, R., Martins, C., & Machado, C. (2013). Relacionamentos íntimos juvenis: Programa para a prevenção da violência. *Psicologia, 27*, 115-132.
- Sanders, M. R. (1999). Triple P-Positive Parenting Program: Towards an empirically validated multilevel parenting and family support strategy for the prevention of behavior and emotional problems in children. *Clinical Child and Family Psychology Review, 2*(2), 71-90. doi: 10.1023/A:1021843613840
- Schilling, E. A., Baucom, D. H., Burnett, C. K., Allen, E. S., & Ragland, L. (2003). Altering the course of marriage: The effect of PREP communication skills acquisition on couples' risk of becoming maritally distressed. *Journal of Family Psychology, 17*(1), 41-53.
- Scott, S. B., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., Allen, E. S., & Markman, H. J. (2013). Reasons for divorce and recollections of premarital intervention: Implications for improving relationship education. *Couple and Family Psychology: Research and Practice, 2*(2), 131-145. doi: 10.1037/a0032025
- Shapiro, A. F., & Gottman, J. M. (2005). Effects on marriage of a psycho-communicative-educational intervention with couples undergoing the transition to parenthood,

- evaluation at 1-year post intervention. *Journal of Family Communication*, 5(1), 1-24. doi: 10.1207/s15327698jfc0501\_1
- Shapiro, A. F., Gottman, J. M., & Carrère, S. (2000). The baby and the marriage: Identifying factors that buffer against decline in marital satisfaction after the first baby arrives. *Journal of Family Psychology*, 14(1), 59-70. doi: 10.1037/0893-3200.14.1.59
- Silva, M. H. T. (2012). *Famílias, jovens e Projectos de família: Estudo da transmissão familiar do Projecto de Família em jovens adultos*. (Tese de Doutoramento não publicada), Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Unviersidade de Coimbra, Coimbra.
- Skinner, K. B., Bahr, S. J., Crane, D. R., & Call, V. R. A. (2002). Cohabitation, marriage, and remarriage: A comparison of relationship quality over time. *Journal of Family Issues*, 23(1), 74-90.
- Sluzki, C. E. (2010). Personal Social Networks and Health: Conceptual and Clinical Implications of Their Reciprocal Impact. *Families, Systems & Health: The Journal of Collaborative Family HealthCare*, 28(1), 1-18. doi: 10.1037/a0019061
- Smith, C. B., Duncan, S. F., Ketring, S., & Abell, E. (2014). Assessing marriage and relationship education needs in Aruba. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 13(2), 133-152. doi: 10.1080/15332691.2013.871614
- Snyder, I. B., Duncan, S. F., & Larson, J. H. (2010). Assessing perceived marriage education needs and interests among Latinos in a select Western community. *Journal of Comparative Family Studies*, 41(3), 347-367.
- Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and Family*, 38(1), 15-28. doi: 10.2307/350547
- Standing Committee on Legal and Constitutional Affairs. (1998). *Marriage and Relationship Education*. Australia: Commonwealth of Australia.
- Stanley, S. M. (2001). Making A Case for Premarital Education. *Family Relations*, 50(3), 272-280. doi: 10.1111/j.1741-3729.2001.00272.x
- Stanley, S. M., Amato, P. R., Johnson, C. A., & Markman, H. J. (2006). Premarital education, marital quality, and marital stability: Findings from a large, random household survey. *Journal of Family Psychology*, 20(1), 117-126. doi: 10.1037/0893-3200.20.1.117
- Stanley, S. M., & Markman, H. J. (1992). Assessing Commitment in Personal Relationships. *Journal of Marriage and Family*, 54(3), 595-608.
- Stanley, S. M., Markman, H. J., Prado, L. M., Olmos-Gallo, P. A., Tonelli, L., St. Peters, M., . . . Whitton, S. W. (2001). Community-based premarital prevention: Clergy and lay leaders

- on the front lines. *Family Relations*, 50(1), 67-76. doi: 10.1111/j.1741-3729.2001.00067.x
- Stanley, S. M., Markman, H. J., & Whitton, S. W. (2002). Communication, Conflict, and Commitment: Insights on the Foundations of Relationship Success from a National Survey. *Family Process*, 41(4), 659.
- Stanley, S. M., & Rhoades, G. K. (2009). Marriages at risk: Relationship formation and opportunities for relationship education. In H. Benson & S. Callan (Eds.), *What works in relationship education: Lessons from academics and service deliverers in the United States and Europe* (pp. 21-44). Doha, Qatar: Doha International Institute for Family Studies and Development.
- Stanley, S. M., Rhoades, G. K., & Fincham, F. D. (2011). Understanding romantic relationships among emerging adults: The significant roles of cohabitation and ambiguity. In F. D. Fincham & M. Cui (Eds.), *Romantic Relationships in Emerging Adulthood*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Stanley, S. M., Rhoades, G. K., & Markman, H. J. (2006). Sliding versus Deciding: Inertia and the premarital cohabitation effect. *Family Relations*, 55(4), 499-509. doi: <http://dx.doi.org/10.1111/j.1741-3729.2006.00418.x>
- Stanley, S. M., Rhoades, G. K., & Whitton, S. W. (2010). Commitment: Functions, formation, and the securing of romantic attachment. *Journal of Family Theory & Review*, 2(4), 243-257. doi: 10.1111/j.1756-2589.2010.00060.x
- Stanley, S. M., Whitton, S. W., & Markman, H. J. (2004). Maybe I Do: Interpersonal Commitment and Premarital or Nonmarital Cohabitation. *Journal of Family Issues*, 25(4), 496-519.
- Stanton, M., & Welsh, R. (2012). Systemic thinking in couple and family psychology research and practice. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, 1(1), 14-30. doi: 10.1037/a0027461
- Sullivan, K. T., & Anderson, C. (2002). Recruitment of engaged couples for premarital counseling: An empirical examination of the importance of program characteristics and topics to potential participants. *The Family Journal*, 10(4), 388-397. doi: 10.1177/106648002236757
- Sullivan, K. T., Pasch, L. A., Johnson, M. D., & Bradbury, T. N. (2010). Social support, problem solving, and the longitudinal course of newlywed marriage. *Journal of Personality and Social Psychology*, 98(4), 631-644.
- Teddlie, C., & Tashakkori, A. (2009). *Foundations of mixed methods research: Integrating quantitative and qualitative approaches in the social and behavioral sciences*. Thousand Oaks: SAGE Publications.

- Thuen, F., & Laerum, K. T. (2005). A public/private partnership in offering relationship education to the Norwegian population. *Family Process, 44*(2), 175-185. doi: 10.1111/j.1545-5300.2005.00052.x
- Tolan, P. H., Liddle, H. A., Santisteban, D. A., Levant, R. F., & Bray, J. H. (2002). Family-focused prevention research: 'Tough but tender'. In H. A. Liddle, D. A. Santisteban, R. F. Levant & J. H. Bray (Eds.), *Family psychology: Science-based interventions* (pp. 197-213). Washington, DC: American Psychological Association.
- Tran, S., & Simpson, J. A. (2009). Prorelationship maintenance behaviors: The joint roles of attachment and commitment. *Journal of Personality and Social Psychology, 97*(4), 685-698.
- United Nations Economic and Social Affairs Population Division. (2013). World fertility report: 2012. New York: United Nations.
- VanWidenfelt, B., Markman, H. J., Guerney, B., Behrens, B. C., & Hosman, C. (1997). Prevention of relationship problems. In W. K. Halford & H. J. Markman (Eds.), *Clinical handbook of marriage and couples interventions* (pp. 651-675). New York: Wiley.
- Vedes, A., Nussbeck, F. W., Bodenmann, G., Lind, W., & Ferreira, A. (2013). Psychometric properties and validity of the Dyadic Coping Inventory in portuguese. *Swiss Journal of Psychology, 72*(3), 149-157.
- Veldorale-Brogan, A., Lambert, N. M., Fincham, F. D., & Dewall, C. N. (2013). The virtue of problem-solving: Perceived partner virtues as predictors of problem-solving efficacy. *Personal Relationships, 20*(3), 511-523. doi: 10.1111/j.1475-6811.2012.01421.x
- Wadsworth, M. E., & Markman, H. J. (2012). Where's the action? Understanding what works and why in relationship education. *Behavior Therapy, 43*(1), 99-112. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.beth.2011.01.006>
- Walsh, F. (2012). The new normal: Diversity and complexity in 21st-century families. In F. Walsh (Ed.), *Normal family processes: Growing diversity and complexity* (4th ed., pp. 3-27). New York: Guilford Press.
- Watzlawick, P., Bavelas, J. B., & Jackson, D. D. A. (2011). *Pragmatics of Human Communication: A Study of Interactional Patterns, Pathologies, and Paradoxes*. USA: W. W. Norton & Company.
- Whitton, S. W., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., & Markman, H. J. (2008). Effects of parental divorce on marital commitment and confidence. *Journal of Family Psychology, 22*(5), 789-793.
- Widmer, K., & Bodenmann, G. (2009). The Couples Coping Enhancement Training (CCET): A new approach to prevention of marital distress based upon stress and coping. In H. Benson &

- S. Callan (Eds.), *What works in relationship education: Lessons from academics and service deliverers in the United States and Europe* (pp. 98-107). Doha, Qatar: Doha International Institute for Family Studies and Development.
- Williams, L., & Philipquest, M. (2005). Attitudes toward marriage among the urban middle-class in Vietnam, Thailand, and the Philippines. *Journal of Comparative Family Studies*, *36*(2), 163-186.
- Williams, L. M. (1992). Premarital counseling: A needs assessment among engaged individuals. *Contemporary Family Therapy*, *14*, 505-518. doi: 10.1007/BF00892197
- Williams, L. M., Riley, L. A., & Dyke, D. T. V. (1999). An empirical approach to designing marriage preparation programs. *American Journal of Family Therapy*, *27*(3), 271-283. doi: 10.1080/019261899261970
- Williamson, H. C., Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (2013). Financial strain and stressful events predict newlyweds' negative communication independent of relationship satisfaction. *Journal of Family Psychology*, *27*(1), 65-75. doi: 10.1037/a0031104
- Williamson, H. C., Trail, T. E., Bradbury, T. N., & Karney, B. R. (2014). Does premarital education decrease or increase couples' later help-seeking? *Journal of Family Psychology*, *28*(1), 112-117. doi: 10.1037/a0034984
- Willoughby, B. J., Hall, S. S., & Luczak, H. P. (2013). Marital paradigms: A conceptual framework for marital attitudes, values, and beliefs. *Journal of Family Issues*, Advance online publication. doi: 10.1177/0192513x13487677
- Wittenborn, A. K., Faber, A. J., & Keiley, M. K. (2012). An Attachment and Affect Regulation Based Multiple Couple Group Intervention for Couples Transitioning to Marriage/Commitment. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, *11*(3), 189-204. doi: 10.1080/15332691.2012.692941

## **Apêndices**





## **Apêndice A**

### **Proposta de intervenção na transição para a conjugalidade, *Casa(l) em Construção***



# Casa(l) em Construção

---

## Projecto de Intervenção na Transição para a Conjugalidade

Ana Pego Monteiro

2014

Proposta de intervenção preventiva e de promoção relacional para casais comprometidos com planos de coabitação ou casamento ou recém-coabitantes/casados. Breve contextualização e síntese das sessões e actividades.

## Índice

|   |     |
|---|-----|
| Introdução.....   | 271 |
| Contextualização do projecto .....                        | 271 |
| Escolha do Nome.....                                      | 272 |
| Sessões .....   | 273 |
| Sessão 0: Pré-teste e avaliação das necessidades .....    | 273 |
| Sessão 1: A planta da casa.....                           | 274 |
| Sessão 2: Os construtores e o contexto da casa .....      | 276 |
| Sessão 3: Estrutura e ferramentas para a construção ..... | 278 |
| Sessão 4: Lar doce Lar – O cimento e os tijolos .....     | 280 |
| Sessão 5: Construída para durar .....                     | 282 |
| Avaliação .....   | 283 |
| Sessões Optativas.....                                    | 284 |
| Finanças, Trabalho e Emigração.....                       | 284 |
| Comunicação e Conflitos.....                              | 284 |
| Filhos e Relações familiares e sociais .....              | 285 |

## Introdução

*Casa(l) em Construção* é um projecto psico-educativo, enquadrado no âmbito da prevenção universal, que pretende apoiar jovens na transição para a conjugalidade.

## Contextualização do projecto

A proposta que aqui se apresenta de um programa de preparação para a conjugalidade é fruto do trabalho de doutoramento da autora principal, “*Casa(l) em Construção: Uma base teórico-empírica para o desenvolvimento de uma intervenção na transição para a conjugalidade*”. No entanto, ela é também produto duma história de um projecto de investigação alargado, na articulação e integração de diversos contributos e parcerias, seja do trabalho desenvolvido no contexto das teses de Mestrado Integrado em Psicologia co-orientadas pela mesma, e de teses de doutoramento de colegas, seja da colaboração com o núcleo de Psicologia Clínica Sistémica e o Serviço à Comunidade da FP-UL.

Toda a base teórica e empírica do projecto encontra-se explanada na tese de doutoramento acima referida.

### População-alvo

O programa está desenhado para apoiar casais de namorados que planeiem casar ou viver juntos, sendo também possível inscreverem-se participantes recém-casados ou recém-coabitantes.

### Divulgação

- ✓ *Website* e redes sociais.
- ✓ Contextos normalmente associados ao casamento (e.g., conservatórias, feiras de noivos, quintas) e relacionados com a construção da casa, como lojas de mobiliário e decoração e agências bancárias.

### Objectivo Geral

Promover relacionamentos conjugais íntimos, seguros, satisfatórios e estáveis, que sejam contextos de desenvolvimento pessoal, relacional e comunitário.

### Formato

- ✓ Em grupo, com três a cinco casais
- ✓ Cinco sessões, num total de 16 horas, podendo ser agrupadas em três dias (2+2+1)
- ✓ Possibilidade de sessões optativas, com base na avaliação prévia feita com o casal (a realizar antes da última sessão)
- ✓ Enquadramento, a longo prazo, num projecto mais global – e.g., palestras variadas para casais, parcerias e formação com igrejas e seminários, projecção de acção em contextos comunitários, acompanhamento individualizado do casal quando necessário

## **Preço por casal**

De acordo com a Tabela de Preços praticada pelo Serviço à Comunidade da FL-UP.

## **Escolha do nome**

O nome do projecto baseia-se numa metáfora óbvia, da construção de uma casa, profundamente isomórfica à fase do ciclo vital vivida pela população-alvo, de construção do casal. Ele pretende captar diversas dimensões desta transição, com as suas oportunidades e desafios, de construir uma relação conjugal ao mesmo tempo que se inicia a construção duma casa comum, sempre necessária, seja pela mudança de ambos ou de um dos elementos para o novo espaço. cremos que expressa conceitos e dimensões cruciais... de intencionalidade e investimento, de processo e tempo, de planeamento, fases e visão de futuro, de possibilidade de melhorar ou mudar, de singularidade de cada casa(l) e das possibilidades criativas de cada um(a) e de cada elemento, de trabalho de equipa e divisão de tarefas, de recursos e desafios, de envolvimento comunitário e contexto específico do bairro/sistemas, mas também de protecção face a ameaças externas, com limites como as paredes e os muros mas de aberturas como as janelas e as portas, e de, sem dúvida, conforto, intimidade e sentido de pertença, no fundo, de um lar.

## Sessões

### Sessão 0: Pré-teste e avaliação das necessidades

Esta sessão é feita com cada casal individualmente. Nela se aplica o protocolo quantitativo e qualitativo de avaliação do programa, assim como se avaliam as necessidades do casal, num enquadramento de recursos e desafios. Este primeiro contacto permite ainda o início da relação entre o casal e a equipa de intervenção, assim como a antecipação geral da estrutura do programa, especificamente a calendarização do mesmo.

#### Objectivos

- ✓ Aplicação do pré-teste do programa, para avaliação dos resultados do mesmo
- ✓ Avaliação das necessidades e recursos dos casais participantes
- ✓ Apresentação geral do programa
- ✓ Verificação da disponibilidade dos participantes com vista à calendarização das sessões

#### Protocolo quantitativo

- ✓ Relationship Rating Form – Revised (RRF-R)
- ✓ Personal Assessment of Intimate Relationships (PAIR)
- ✓ Escala de Compromisso Pessoal (ECP)
- ✓ Atitudes face ao Casamento (AFC), Coabitação (AC) e Divórcio (AD)
- ✓ Inventário de *Coping* Diádico (ICD)
- ✓ Ways of Savoring Checklist (WOSC)
- ✓ Dyadic Adjustment Scale (DAS)

#### Protocolo qualitativo

- ✓ Mapa de Recursos do Casal
- ✓ Entrevista breve sobre história do casal e antecipação de desafios futuros
- ✓ Inventário de dimensões (DAS)

## Sessão 1: A planta da casa

### Pergunta Orientadora

Quem somos e o que queremos ser?

### Objectivos

- ✓ Estabelecer uma relação positiva entre a equipa e os participantes
- ✓ Definir regras e funcionamento do programa
- ✓ Explicitar e desenvolver expectativas adequadas face à conjugalidade
- ✓ Promover um sentido de identidade de casal e compromisso a longo-prazo
- ✓ Promover uma perspectiva desenvolvimental da relação

### Estrutura da Sessão 1 (2 horas)

| Tópico e objectivo(s)  | Actividade(s)  |
|--|--|
| Acolher e estabelecer relação com e entre os casais  | Quebra-gelo de apresentação;<br>Apresentação da equipa e casais.   |
| Apresentar programa e definir funcionamento e regras do grupo  | Apresentação do projecto, com discussão da metáfora da Construção, com recurso a imagens;<br>Entrega e explicação do <i>dossier</i> ;<br><i>Brainstorming</i> de regras em grupo, com elaboração de documento.   |
| Clarificar expectativas face ao casamento/conjugalidade, fruto de mensagens familiares e da sociedade em geral | Filme UP;<br>Discussão de mitos e mensagens sobre casamento/conjugalidade na sociedade em geral <sup>62</sup> ;<br>Caixa das expectativas: “O que espero que esta relação me dê?”<br>Elaboração do Brasão conjugal de cada um, relativo aos seus pais <sup>63</sup> ;<br>Discussão em pares da visão de casal que cada um traz da sua família e impacto nas expectativas individuais;<br>Partilha em casal do que querem manter e mudar das suas FO. |
| Fomentar a criação ou solidificação de uma identidade e visão conjugal   | Excerto do filme <i>Caso Mai</i> ;<br>Elaboração da metáfora da visão relacional em casal <sup>64</sup> ;  |

<sup>62</sup> Larson (2003) e Lazarus (2001)

<sup>63</sup> Iafrate e Rosnati (2012): Brasão representando a maior força, a maior fraqueza, o maior desejo, o lema.

<sup>64</sup> Instruções: **A dois:** Ao pensarem na vossa relação, desde que começou até hoje, encontram alguma metáfora ou imagem que expresse o que sentem em relação a ela e ao que desejam no futuro? Escolham uma em conjunto e criativamente, recorrendo aos materiais disponíveis, construam visualmente essa ideia, como um quadro do que querem manter e construir no vosso casamento.



---

Partilha para o grande grupo se adequado;  
Construção do brasão conjugal.

---

TPC Preparar sessão seguinte sobre história e  
características pessoais ao mesmo tempo que se  
reforça relação

Mapas de Amor, Gottman

---

## Sessão 2: Os construtores e o contexto da casa

### Perguntas orientadoras

O que trago para a relação e que impacto isso tem em NÓS?

O que existe à nossa volta, entre nós e sobre nós?

Como nos podemos relacionar com outros sistemas?

### Objectivos

- ✓ Promover uma reflexão individual e relacional das características, percursos e contextos pessoais e o seu impacto na relação, como stressores e recursos
- ✓ Promover um equilíbrio saudável entre a relação de casal e os outros sistemas

### Estrutura da Sessão 2 (2 horas)

| Tópico e objectivo(s)   | Actividade(s)   |
|---|---|
| Rever e reforçar sessão anterior  | Equipa revê sessão e introduz tema segundo a metáfora da Construção da casa.  |
| Clarificar a origem da individualidade de cada um e promover a curiosidade, o conhecimento, a aceitação e o respeito mútuo, assim como a valorização do seu contributo para a relação (diferenças de sexo, personalidade, história pessoal / relacional, FO e pessoas influentes) | Excerto de série sobre diferenças entre homens e mulheres e histórias pessoais <sup>65</sup> ;<br>Equipa explora dimensões presentes na série, destacando diversas origens da individualidade e positivando a riqueza da mesma, e da possibilidade de complementaridade;<br>Leitura do poema “O Homem e a Mulher” de Victor Hugo <sup>66</sup><br>Genograma FO feito pelo outro <sup>67</sup> ;<br>Curta-metragem sobre balões <sup>68</sup> ;<br>Mapa de influências segundo a linha da vida feito individualmente e discutido em casal. |
| Clarificar influências no momento presente e antecipadas e promover limites saudáveis na relação face a outros sistemas   | Equipa introduz tema das influências presentes através da metáfora do contexto onde decorre a construção da casa;<br>Rede social feita individualmente <sup>69</sup> ;<br>Identificação em casal das forças e vulnerabilidades das diferentes dimensões;<br>Exploração em casal da rede desejada.   |
| Clarificar e definir responsabilidade individual na protecção do casal  | Plano de compromisso individual para alcançar a rede definida.  |

<sup>65</sup> E.g., “Todos gostam de Raymond”

<sup>66</sup> <http://victorhugo2k.blogspot.pt/2009/05/o-homem-e-mulher-victor-hugo.html>

<sup>67</sup> McGoldrick (2007)

<sup>68</sup> Filme balões - <http://www.youtube.com/watch?v=BI55bq20zGM>

<sup>69</sup> Sluzki (2010)

---

TPC Clarificar diferenças de personalidade e  
identificar forças e complementaridades

Lista de diferenças para fazer individualmente e  
comparar em casal

---

## Sessão 3: Estrutura e ferramentas para a construção

### Perguntas orientadoras

Como somos em relação?

Que forças e recursos temos?

O que precisamos de aprender?

### Objectivos

- ✓ Aumentar a consciência dos padrões interaccionais e do significado da comunicação nas relações íntimas
- ✓ Valorizar o papel do casal na construção de uma dinâmica própria, saudável e positiva para cada elemento e para a relação
- ✓ Promover a consciencialização e adopção de regras básicas de comunicação e resolução de conflitos/diferenças
- ✓ Aplicar a casos específicos de gestão da vida quotidiana: tarefas domésticas, orçamento, tempo

### Estrutura da Sessão 3 (2 horas)

| Tópico e objectivo(s)  | Actividade(s)   |
|--|---|
| Rever e reforçar sessão anterior e TPC   | Equipa revê sessão e TPC com <i>cartoon</i> do Gulotta <sup>70</sup> ;<br>Equipa introduz tema segundo a metáfora da Construção da casa.  |
| Aumentar a consciência dos padrões interaccionais e do significado da comunicação e suas regras nas relações íntimas | Discussão em grupo dos <i>cartoons</i> de G. Gulotta <sup>71</sup> ;<br>Equipa apresenta axiomas da comunicação e regras de comunicação (emissor-receptor).                       |
| Clarificar competências existentes e necessidades de mudança   | Exercício individual de identificação de competências e fragilidades comunicacionais <sup>72</sup> ;<br>Exploração em casal da actividade feita com feedback mútuo.               |
| Explicitar a importância das solicitações emocionais   | Grupo e equipa reflectem sobre a importância de solicitações emocionais e sua resposta;<br>Gottman <i>emotional bids</i> em casal;<br>Plano conjunto de comunicação               |
| Explorar padrões de gestão de diferenças e problemas   | Equipa explora quatro padrões de conflito<br>Recordação em casal de um conflito recente e identificação da dinâmica presente<br>Excerto de série ( <i>How I met your Mother</i> ) |

<sup>70</sup> P. 25 "Gosto de ti como és... mas gostaria tanto que fosses diferente!"

<sup>71</sup> P. 54, 55, 62, etc.

<sup>72</sup> P. 144 Halford (2011)

|   |   |
|---|---|
|   | Lista em conjunto de regras fundamentais nas discussões <sup>73</sup> .   |
| Conscienzializar da importância da reparação, do perdão, da aceitação da influência mútua e da partilha do poder                    | <i>Cartoon</i> Gulotta <sup>74</sup><br>Actividade do Gottman   |
| Promover uma positiva gestão diária, com aplicação de competências de resolução de conflitos<br>Dinheiro como termómetro da relação | Elaboração do orçamento<br>Caixinha das tarefas domésticas <sup>75</sup>  |
| TPC Promover a aplicação das regras de comunicação e resolução de conflitos; introduzir sessão seguinte                             | Formulário de auto-avaliação de competências.<br>Escolherem uma foto que expresse o amor que sentem um pelo outro, uma foto dos dois. |

---

<sup>73</sup> P. 216 Halford (2011)

<sup>74</sup> Pp. 18 e 19

<sup>75</sup> Ver folha de actividades, p. 16

## Sessão 4: Lar doce Lar – O cimento e os tijolos

### Perguntas orientadoras

Como somos em relação?

Que forças e recursos temos?

O que precisamos de aprender para reforçar os vínculos afectivos da nossa relação?

### Objectivos

- ✓ Desenvolver laços de intimidade, no respeito pelo outro e com base na criação de vínculos seguros e de responsividade emocional.
- ✓ Promover o reconhecimento da diferença do outro, e um enfoque nas suas necessidades e formas de expressão.
- ✓ Explorar e partilhar medos que possam surgir fruto de desafios relacionais ou externos e treinar respostas empáticas e apoiantes.
- ✓ Salientar o papel da sexualidade como ingrediente da intimidade, reflexo da mesma em dinâmicas interdependentes, de doação recíproca e de fonte criativa do casal.

### Estrutura da Sessão 4 (2 horas)

| Tópico e objectivo(s)   | Actividade(s)  |
|---|--|
| Rever e reforçar sessão anterior e TPC  | Equipa revê sessão, TPC e introduz tema segundo a metáfora da Construção da casa.  |
| Explorar a dimensão afectiva da relação, expressar e sentir amor/cuidado  | Apresentação em grupo de algumas fotos escolhidas pelos casais;<br>Equipa explora diferentes linguagens do amor;<br>Identificação individual da linguagem pessoal e do outro;<br>Partilha em casal;<br>Definição de um compromisso de amor.  |
| Identificar, questionar e expressar emoções e apoio emocional (ser porto de abrigo e base de exploração segura) | Escrita em papel de cenário de frases com medos e emoções e escrita de respostas de segurança e esperança (alternativa, por num saco com algumas da equipa)<br>Exploração em grupo das reacções às frases e respostas<br>Exploração em casal da actividade feita com partilha de algo pessoal. |
| Tempo para o casal e promoção da amizade  | Grupo e equipa reflectem sobre a importância da intencionalidade na protecção da intimidade<br>Lista de actividades para selecção individual e discussão em casal  |

|  |  |
|--|--|
| Intimidade mas identidade: auto-estima, necessidades individuais e valorização e reforço mútuo   | Equipa lê “O Casamento” de Khalil Gibran <sup>76</sup> ; Identificação de actividades, interesses e sonhos pessoais  |
| Confiança e privacidade “nós-eu”; fidelidade, confiança e ciúmes   | Visualização do Sketch Facebook e Casais <sup>77</sup> ; Pequena reflexão da equipa sobre Redes sociais e dinâmicas do casal; Exploração em casal de questões sobre fidelidade e confiança |
| Sexualidade  | Prenda da intimidade <sup>78</sup><br>Definição do <i>date</i> para abertura do presente e partilha sobre os seus conteúdos  |
| Integração   | Revisão das actividades feitas e contrato conjugal de passos futuros   |
| TPC Promover a experiência de ter um tempo de casal para partilha de assuntos íntimos e a aplicação de diversas competências abordadas | <i>Date</i> para entrega e partilha da Prenda da intimidade  |

<sup>76</sup> Gibran (1999)

<sup>77</sup> Porta dos Fundos, <http://www.youtube.com/watch?v=Y1J1pd1CP50>

<sup>78</sup> Cada participante escreve os seus desejos, expectativas, necessidades, motivos de desconforto, sendo que coloca depois dentro de uma caixa e embrulha de acordo com o material disponibilizado. Exemplos de perguntas podem ser: 1. Como tem sido o nosso relacionamento nesta área? Tenho-me sentido respeitado(a) e valorizado(a)?; 2. Que expectativas tinha para a vivência actual e quais as que tenho para o futuro?; 3. Há algo que gostava que fosse diferente?; 4. Que tópicos que foram abordados hoje sinto que precisamos ainda de conversar e cuidar na nossa relação? A entrega deve ser feita num *date* combinado durante a sessão, com as condições necessárias para uma partilha íntima e segura.

## Sessão 5: Construída para durar (e mudar)

*Que a vossa casa não seja uma âncora mas um mastro.*

Gibran (1999, p. 25)

### Perguntas orientadoras

Como seremos no futuro?

O que podemos criar e oferecer?

### Objectivos

- ✓ Promover uma visão holística e desenvolvimental da relação do casal, nas suas dimensões de passado, presente e futuro e de indivíduo, casal, família, comunidade...
- ✓ Antecipar e preparar desafios e transições normativas e não-normativas, promovendo a generatividade do casal, como na parentalidade e na vida cívica
- ✓ Consolidar valores de casal e sua identidade relacional
- ✓ Finalização e avaliação do programa

### Estrutura da Sessão 5 (2 horas)

| Tópico e objectivo(s)   | Actividade(s)  |
|---|--|
| Rever e reforçar sessão anterior e TPC  | Equipa revê sessão, TPC e introduz tema segundo a metáfora da Construção da casa.  |
| Valores   | Construção da casa com legos.  |
| Generatividade e rituais  | Lista de temas: filhos, comunidade, rituais/rotinas do casal.  |
| Desafios futuros e ciclo vital da família (alterações da satisfação conjugal) | Leitura de "O Amor" de Khalil Gibran<br>Brainstorming em grupo de mudanças comuns e expectáveis e seu impacto na relação (emigração, doença, infertilidade);<br>Reflexão em casal das mudanças e desafios prováveis e desenho de plano de gestão dos mesmos. |
| Integração  | Revisão do Brasão conjugal <sup>79</sup> e colagem na capa do dossier;<br>Revisão das várias áreas abordadas <sup>80</sup> .   |
| Conclusão do programa: ritual   | Espumante e brinde;<br>Oferta simbólica para memória futura  |

<sup>79</sup> Iafrate & Rosnati (2012)

<sup>80</sup> Esta reflexão é entregue à equipa para avaliação do projecto e também para avaliação da necessidade de uma sessão extra para o casal.



## Avaliação final e *Follow-up*

- ✓ Avaliação do programa junto dos participantes, por escrito, a nível individual no final das sessões.
- ✓ Avaliação do programa juntos dos participantes em formato de *focus groups*, com os participantes divididos por sexo (e.g., adequação dos temas, exercícios, palestras, equipa de intervenção)
- ✓ Avaliação do processo: ao longo do programa, ter caixinha das dúvidas e comentários sempre disponível no fim de cada sessão.
- ✓ Sessão follow-up com cada casal: 6 meses, um ano e três anos, com aplicação do protocolo de investigação.

## Sessões Optativas

Além da estrutura comum do programa acima descrita, e de acordo com os princípios e estudos apresentados na tese de doutoramento supra-citada, cada casal poderá ainda frequentar uma ou mais sessões optativas, num total de três. A sua frequência é decidida em conjunto com a equipa que desenvolve a avaliação inicial (Sessão 0), com base nas necessidades apresentadas pelo casal. Embora os temas sejam abordados no corpo comum, estas sessões permitem uma exploração mais aprofundada e individualizada dos desafios e recursos dos participantes, numa forma que poderia não ser relevante ou pertinente para o restante grupo.

São elas:

- **Finanças, Trabalho e Emigração**
- **Comunicação e Conflitos**
- **Filhos e Relações familiares e sociais**

### Finanças, Trabalho e Emigração

Esta sessão destina-se a casais cuja avaliação conjunta na Sessão 0 saliente desafios actuais ou antecipados na gestão de dinheiro e da vida profissional, que possam resultar em tensões acrescidas e na eventual decisão de emigrar, alternativa equacionada por muitos jovens Portugueses actualmente.

Os temas abordados são então os seguintes:

- ✓ Gestão de dinheiro e orçamento familiar
- ✓ Competências de *coping* individual e diádico
- ✓ Resolução de problemas e tomada de decisão
- ✓ Processos e recursos comunitários no desemprego e na decisão de emigrar

### Comunicação e Conflitos

Este módulo extra está especificamente desenhado para casais que expressem e apresentem dificuldades ao nível de competências de comunicação e resolução de conflitos. Tais necessidades podem ser assumidas pelo casal ou detectadas pela equipa ao longo das primeiras sessões, que assim pode aconselhar o casal a inscrever-se nesta sessão.

Os temas abordados são:

- ✓ Competências de Comunicação
- ✓ Estratégias de resolução de conflitos/problemas
- ✓ Conflitos permanentes
- ✓ Poder, influência e perdão

## Filhos e Relações familiares e sociais

Este módulo procura dar resposta a desafios relacionais relativamente frequentes na transição para a conjugalidade mas também específicos das vivências complexas do namoro e da conjugalidade nos dias de hoje. Pretende-se com as suas temáticas e actividades ir ao encontro de casais com filhos de relacionamentos anteriores ou da relação actual, abordando desafios da co-parentalidade com progenitores separados ou com o actual parceiro, e também de casais com dificuldades relacionais com a família de origem ou rede social, inclusive antigos parceiros.

Os temas são assim:

- ✓ Relacionamentos passados e presentes: definição de limites e lealdades
- ✓ Competências na co-parentalidade (filhos e “enteados”, pais e ex-namorados)
- ✓ Gestão da relação com as famílias de origem
- ✓ Plano de organização familiar



## Apêndice B

### Protocolo de investigação para jovens solteiros/ namorados<sup>81</sup>

---

<sup>81</sup> Apresenta-se apenas o protocolo administrado aos jovens solteiros para efeitos de caracterização socio-demográfica e validação dos instrumentos, visto que o protocolo respondido pelos participantes do estudo 7 tinha apenas ligeiras alterações como tempo de casamento/coabitação e tempo da relação prévia ao casamento/coabitação.



## Investigação sobre Relacionamentos Amorosos no Jovem Adulto

A investigação para a qual pedimos a sua colaboração está a ser feita no âmbito da tese de doutoramento em Psicologia Clínica de Ana Lúcia Pego, num programa inter-universitário das Faculdades de Psicologia das Universidades de Lisboa e Coimbra, sob orientação da Professora Doutora Maria Teresa Ribeiro.

O objectivo desta investigação é compreender melhor os relacionamentos amorosos do jovem adulto, suas características, vivências e percursos. A análise dos dados recolhidos através dos questionários que se seguem irá contribuir para este conhecimento e irá também permitir que se possa, no futuro, ajudar de uma forma mais eficaz jovens e casais. Por isto, a sua colaboração é extremamente importante.

Os questionários que irá encontrar apresentam, no início, instruções de preenchimento. É muito importante que **responda a todas as questões** para que os dados possam ser correctamente analisados. Tenha, igualmente, em conta que as folhas se encontram impressas **frente e verso**.

Nestes questionários **não há respostas certas ou erradas**; o mais importante é mesmo a sua opinião. Estes devem ser preenchidos individualmente, sendo anónimos e todos os dados confidenciais.

Desde já agradecemos a sua disponibilidade em participar neste estudo. Sem o seu contributo não seria possível realizar esta investigação. Muito obrigada!

A investigadora,

Ana Pego.

---

Tomei conhecimento do objectivo do estudo e do que tenho de fazer para participar no estudo. Assim, declaro que aceito participar na investigação.

Rubrica (por favor não indicar o nome ou outro dado que permita a sua identificação): \_\_\_\_\_

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

## QUESTIONÁRIO GERAL

É muito importante que leia atentamente e **responda a todas as questões**. Quando não tiver a certeza acerca de um valor ou resposta responda, por favor, com o mais aproximado.

### DADOS PESSOAIS

**1. Idade**

\_\_\_\_\_ anos

**2. Sexo**

Feminino       Masculino

**3. Escolaridade**

- Menos que o 9º ano
- 9º ano
- 12º ano
- A frequentar o ensino superior
- Ensino superior concluído
- Estudos pós-graduados

**4. Origem étnica/racial:** \_\_\_\_\_

**5. Profissão ou curso e ano escolar (para estudantes)** \_\_\_\_\_

**6. Concelho de residência** \_\_\_\_\_

**7. Com quem habita durante o tempo de aulas/ semana de trabalho?**

- Familiares. Especifique \_\_\_\_\_
- Colegas/amigos
- Sozinho(a)
- Namorado(a)/Companheiro(a)
- Outra situação. Especifique \_\_\_\_\_

**8. Estado civil**

- Solteiro(a)
- Casado(a)
- União de facto
- Divorciado(a)/separado(a)
- Viúvo(a)

**9. Encontra-se, no momento presente, numa relação amorosa?**

Não       Sim





**18. Situação relacional (escolha a(s) opção/opções que melhor caracteriza(m) a sua relação):**

- Não vivo com o meu par amoroso nem tencionamos fazê-lo
- Não vivo com o meu par amoroso mas tencionamos viver juntos a curto/médio prazo
- Não vivo com o meu par amoroso mas tencionamos viver juntos a longo prazo
- Não vivo com o meu par amoroso mas tencionamos viver juntos caso casemos
- Dormimos ocasionalmente na casa de um de nós
- Dormimos várias vezes por semana na casa de um de nós
- Vivemos juntos. Especifique há quanto tempo \_\_\_\_\_
- Outra situação. Especifique \_\_\_\_\_

**19. Planeiam casar-se?**

- Nunca falámos sobre o assunto
- Não, por vontade de ambos
- Não, mas eu gostaria
- Falámos sobre o assunto mas sem nada definido
- Sim, marcámos data a longo prazo (daqui a mais de um ano)
- Sim, marcámos data a médio prazo (cerca de um ano)
- Sim, marcámos data a curto prazo (menos de um ano)

**OUTRAS INFORMAÇÕES**

**Estaria disponível para participar novamente e ser contactado(a) no contexto desta investigação?**

- Não
- Sim. Por favor, deixe o seu **nome e contactos** (tlf./email) \_\_\_\_\_

---

(Os dados assim cedidos serão usados apenas no contexto desta investigação,  
comprometendo-se a autora a manter a confidencialidade dos mesmos)







**EAC**  
(MAS – Braaten & Rosén, 1998)

Indique (X) o seu grau de acordo ou desacordo face às seguintes afirmações relacionadas com casamento.

|   | Concordo<br>Muito | Concordo | Discordo | Discordo<br>Muito |
|---|-------------------|----------|----------|-------------------|
| 1. As pessoas deveriam casar.   |                   |          |          |                   |
| 2. Tenho pouca confiança que o meu casamento será um sucesso.                                       |                   |          |          |                   |
| 3. As pessoas deveriam ficar casadas com o seu cônjuge para o resto das suas vidas.                 |                   |          |          |                   |
| 4. A maioria dos casais ou é infeliz no seu casamento ou é divorciada.                              |                   |          |          |                   |
| 5. Ficarei satisfeito(a) quando casar.  |                   |          |          |                   |
| 6. Tenho receio do casamento.   |                   |          |          |                   |
| 7. Tenho dúvidas a respeito do casamento.   |                   |          |          |                   |
| 8. As pessoas só devem casar se têm a certeza de que durará para sempre.                            |                   |          |          |                   |
| 9. As pessoas deviam ser muito cautelosas quanto a casarem.   |                   |          |          |                   |
| 10. A maioria dos casamentos são situações infelizes.   |                   |          |          |                   |
| 11. O casamento é só um contrato legal.   |                   |          |          |                   |
| 12. O casamento é um acto sagrado.  |                   |          |          |                   |
| 13. A maioria dos casamentos não é uma parceria igualitária.  |                   |          |          |                   |
| 14. A maioria das pessoas tem de sacrificar demasiado no casamento.                                 |                   |          |          |                   |
| 15. Visto que metade dos casamentos termina em divórcio, o casamento parece fútil.                  |                   |          |          |                   |
| 16. Se eu me divorciasse, provavelmente voltaria a casar.   |                   |          |          |                   |
| 17. Quando as pessoas não se dão bem, acredito que se devem divorciar.                              |                   |          |          |                   |
| 18. Acredito que um relacionamento pode ser tão forte mesmo sem passar pela cerimónia de casamento. |                   |          |          |                   |
| 19. O meu sonho de vida inclui um casamento feliz.  |                   |          |          |                   |
| 20. Um casamento feliz é algo que não existe.   |                   |          |          |                   |
| 21. O casamento limita os indivíduos no alcance dos seus objectivos.                                |                   |          |          |                   |
| 22. As pessoas não foram feitas para permanecer num relacionamento para toda a vida.                |                   |          |          |                   |
| 23. O casamento proporciona companheirismo que falta noutros tipos de relacionamento.               |                   |          |          |                   |

**PAIR**

(Olson & Schaefer, 1981; versão portuguesa, Moreira & Canavarro, 2008)

Este questionário é usado para medir diferentes tipos de “intimidade” no seu relacionamento. Deve responder a cada questão tendo em conta o que pensa melhor caracterizar a sua relação no momento presente. Para responder, utilize a escala abaixo indicada, escolhendo, de entre as cinco opções possíveis, aquela que melhor se ajusta ao seu caso, colocando uma cruz (X) no respectivo espaço em branco.

0 = Discordo totalmente

1 = Discordo

2 = Não concordo nem discordo

3 = Concordo

4 = Concordo fortemente

|  | Como é a minha relação |   |   |   |   |
|--|------------------------|---|---|---|---|
|  | 0                      | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 1. O meu par amoroso escuta-me quando preciso de falar com alguém.                                     |                        |   |   |   |   |
| 2. Gostamos de passar tempo com outros casais.   |                        |   |   |   |   |
| 3. Estou satisfeito(a) com o nosso relacionamento físico.  |                        |   |   |   |   |
| 4. O meu par amoroso ajuda-me a clarificar os meus pensamentos.  |                        |   |   |   |   |
| 5. Gostamos das mesmas actividades de lazer.   |                        |   |   |   |   |
| 6. O meu par amoroso tem todas as qualidades que sempre desejei num(a) namorado(a)/companheiro(a).     |                        |   |   |   |   |
| 7. Posso falar dos meus sentimentos sem que ele(a) se torne defensivo(a).                              |                        |   |   |   |   |
| 8. Normalmente isolamo-nos dos outros.   |                        |   |   |   |   |
| 9. Sinto que o nosso relacionamento físico é apenas uma rotina.  |                        |   |   |   |   |
| 10. Quando se trata de ter uma discussão séria, parece que temos pouco em comum.                       |                        |   |   |   |   |
| 11. Partilho pouco os interesses do meu par amoroso.   |                        |   |   |   |   |
| 12. Existem momentos em que não sinto muito amor e afecto pelo meu par amoroso.                        |                        |   |   |   |   |
| 13. Sinto-me muitas vezes distante do meu par amoroso.   |                        |   |   |   |   |
| 14. Temos poucos amigos em comum.  |                        |   |   |   |   |
| 15. Sinto-me humilhado(a)/"deitado(a) a baixo" quando eu e o meu par amoroso temos uma conversa séria. |                        |   |   |   |   |
| 16. Gostamos de nos divertir juntos.   |                        |   |   |   |   |
| 17. Todas as coisas novas que aprendi sobre o meu par amoroso agradaram-me.                            |                        |   |   |   |   |
| 18. O meu par amoroso consegue realmente compreender os meus sofrimentos e alegrias.                   |                        |   |   |   |   |

|  | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
|--|---|---|---|---|---|
| 19. Passar tempo em conjunto com os amigos é uma parte importante das nossas actividades em comum.           |   |   |   |   |   |
| 20. Contenho o meu interesse sexual porque o meu par amoroso faz-me sentir desconfortável.                   |   |   |   |   |   |
| 21. Sinto que é inútil discutir alguns assuntos com o meu par amoroso.                                       |   |   |   |   |   |
| 22. Gostamos de realizar juntos actividades ao ar livre.   |   |   |   |   |   |
| 23. Eu e o meu par amoroso compreendemo-nos um ao outro completamente.                                       |   |   |   |   |   |
| 24. Por vezes sinto-me negligenciado(a) pelo meu par amoroso.  |   |   |   |   |   |
| 25. Muitos dos amigos mais próximos do meu par amoroso são também os meus amigos mais próximos.              |   |   |   |   |   |
| 26. O meu par amoroso tenta frequentemente mudar as minhas ideias.   |   |   |   |   |   |
| 27. Raramente temos tempo para fazermos coisas divertidas juntos.  |   |   |   |   |   |
| 28. Penso que possivelmente ninguém pode ser mais feliz do que o meu par amoroso e eu quando estamos juntos. |   |   |   |   |   |
| 29. Por vezes sinto-me sozinho(a) quando estamos juntos.   |   |   |   |   |   |
| 30. O meu par amoroso desaprova alguns dos meus amigos.  |   |   |   |   |   |
| 31. O meu par amoroso parece não ter interesse pelo relacionamento físico.                                   |   |   |   |   |   |
| 32. Temos inúmeros assuntos sobre os quais conversar.  |   |   |   |   |   |
| 33. Sinto que partilhamos alguns interesses em comum.  |   |   |   |   |   |
| 34. Tenho algumas necessidades que não são preenchidas pela minha relação.                                   |   |   |   |   |   |

**Responda a este item apenas se tiver uma vida sexual activa com o seu par amoroso.**

|   |  |  |  |  |  |
|---|--|--|--|--|--|
| 35. Sou capaz de dizer ao meu par amoroso quando pretendo ter relações sexuais. |  |  |  |  |  |
|---|--|--|--|--|--|

Numa escala de 1 a 7, assinale com um círculo, como se situa em termos da sua satisfação com o relacionamento com o seu par amoroso:

| 1                       | 2                  | 3            | 4                        | 5          | 6                | 7                     |
|-------------------------|--------------------|--------------|--------------------------|------------|------------------|-----------------------|
| Totalmente insatisfeito | Muito insatisfeito | Insatisfeito | Razoavelmente satisfeito | Satisfeito | Muito satisfeito | Totalmente satisfeito |



**RS**  
(Stanley, 1986)

Responda a cada questão seguinte indicando a sua concordância ou discordância face à ideia expressa. Para cada item, assinale com uma cruz (X) a coluna correspondente ao número desejado, de 1 a 7, indicando o seu grau de acordo ou desacordo. Responda, por favor, a todos os itens.

1 = Discorda fortemente

2

3

4 = Nem concorda nem discorda

5

6

7 = Concorda fortemente

|   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1. O meu relacionamento com o meu par amoroso é mais importante para mim que praticamente qualquer outra coisa na minha vida. |   |   |   |   |   |   |   |
| 2. Quero que este relacionamento permaneça forte não importam os maus momentos que possamos vir a encontrar.                  |   |   |   |   |   |   |   |
| 3. Não me sinto compelido(a) a manter todos os compromissos que faço.   |   |   |   |   |   |   |   |
| 4. Gosto de pensar em mim e no meu par mais em termos de “nós” do que “eu” e “ele/ela”.                                       |   |   |   |   |   |   |   |
| 5. Penso muito em como seria estar casado(a) (ou a namorar) com outra pessoa que não o meu par amoroso.                       |   |   |   |   |   |   |   |
| 6. O meu relacionamento com o meu par faz claramente parte dos meus planos para o futuro.                                     |   |   |   |   |   |   |   |
| 7. A minha carreira (ou trabalho, estudos, lar, filhos, etc.) é mais importante para mim que a minha relação com o meu par.   |   |   |   |   |   |   |   |
| 8. Sacrificar-me pelo meu par amoroso faz-me sentir bem comigo mesmo(a).  |   |   |   |   |   |   |   |
| 9. Não quero ter uma forte identidade enquanto casal com o meu par.   |   |   |   |   |   |   |   |
| 10. Não faço compromissos a menos que acredite que os vou manter.   |   |   |   |   |   |   |   |
| 11. Muitas vezes não vale a pena desistir de algo pelo meu par.   |   |   |   |   |   |   |   |
| 12. De facto, muitas vezes a relação com o meu par tem de ficar em segundo plano face a outros interesses meus.               |   |   |   |   |   |   |   |
| 13. Não estou seriamente atraído(a) por outra pessoa para além do meu par amoroso.  |   |   |   |   |   |   |   |
| 14. Posso não querer estar com o meu par amoroso daqui a uns anos.  |   |   |   |   |   |   |   |

**ACD**

(Cunningham &amp; Thornton, 2006, 2007)

Indique (X) o seu grau de acordo ou desacordo face às seguintes afirmações relacionadas com coabitação e divórcio.

|  | Concordo<br>Muito | Concordo | Discordo | Discordo<br>Muito |
|--|-------------------|----------|----------|-------------------|
| 1. Está certo um casal viver junto sem planear casar.  |                   |          |          |                   |
| 2. Um jovem casal não deverá viver junto a não ser que seja casado.  |                   |          |          |                   |
| 3. Quando há crianças na família, os pais devem permanecer juntos mesmo que não se dêem bem.                             |                   |          |          |                   |
| 4. O divórcio é normalmente a melhor solução, quando um casal parece não conseguir resolver os seus problemas conjugais. |                   |          |          |                   |

## Apêndice C

### Guião da entrevista com *Focus Groups* (Artigo 2)



## GUIÃO DOS FOCUS GROUPS

### NAMORO

#### *Texto Inicial*

Sejam todos(as) muito bem-vindos(as)! O meu nome é Ana Lúcia. Quero começar por vos agradecer o terem vindo partilhar connosco as vossas opiniões e reflexões; será certamente um contributo importante. Um *focus group* é um grupo de discussão, em que não existem opiniões certas ou erradas mas sim diferentes pontos de vista. Esta é uma fase exploratória da investigação, pelo que eu, como moderadora, irei colocar algumas questões, ouvi-los, e garantir que todos participem. Peço que exprimam a vossa opinião mesmo quando contrária à de outros participantes, e estão à vontade para se questionarem uns aos outros(as). No entanto, e uma vez que temos o tempo limitado, temos que procurar não nos dispersarmos.

Como já vos foi mencionado previamente, o tema da investigação que estamos a desenvolver é o namoro, sendo que pretendemos caracterizar os relacionamentos amorosos nos jovens adultos e seus percursos, assim como captar a diversidade de vivências que encontramos actualmente na nossa sociedade.

#### **Observações**

Para tal, a presente investigação desenvolve-se em vários momentos, sendo estes grupos fundamentais para gerar ideias e hipóteses para as restantes fases.

Antes de iniciarmos, têm em vossa mão vários documentos. Encontram aí um questionário que vos peço para preencherem no final do *focus group*, e um pedido de autorização para gravação e utilização desta entrevista para fins de investigação. É importante fazermos a gravação áudio de forma a não perdermos informação. Como poderão ler no documento, é assegurado o anonimato de todos os participantes (i.e., os vossos nomes serão codificados). [Dar tempo para lerem]. Têm alguma dúvida? Antes de iniciarmos, se possível, peço que desliguem o som dos telemóveis. Também pedia que evitassem falar ao mesmo tempo, pois torna a transcrição da entrevista mais custosa. Obrigada!

*Questões de  
Abertura e  
Introdução*

Comecemos então pela apresentação de todos. A colega que me vai assistir na moderação deste grupo é ... [a ... apresenta-se a si própria e explica o seu papel no grupo]. Passando à vossa apresentação, digam-me por favor, o vosso nome, idade e há quanto tempo namoram. 5 min

*Questões de*

Estamos pois a falar de namoro. O que é que, hoje em dia, define uma relação de 10 min

*Transição*

namoro? [se necessário, o que distingue este tipo de relação duma amizade?]

*Questões-Chave*

O que consideram um bom relacionamento de namoro?

15 min

O que consideram mais difícil numa relação a dois?

10 min

a. Quais são as maiores dificuldades que os namorados sentem, hoje em dia?

PAUSA – [Entregar lista (uma por participante)]. Gostaria agora que lessem cada um dos itens da lista que vos está a ser entregue e que fizessem, individualmente, a selecção das áreas positivas (com um visto) e negativas (com uma cruz) da vossa relação. Depois pedia que explicassem brevemente, por escrito, o que entenderam com cada item. Se existirem áreas que considerem neutras, podem deixar o quadrado em branco. As escolhas que fizerem não são para ser partilhadas com o grupo, sendo que apenas eu vou ter acesso às vossas listas. O objectivo da tarefa é reflectirem sobre cada dimensão, pois depois gostaria de saber se há alguma que vos levante dúvidas ou se acrescentariam outras diferentes.

10 min

Há algum item que vos levante dúvidas? Acrescentariam algum?

5 min

Que diferentes percursos pode uma relação de namoro tomar? 15 min

- a. Quais são os prós e contras de cada caminho possível?
- b. Como seria uma boa evolução da relação desde que o casal começa a namorar?

O que leva alguns namorados a coabitar? 10 min

O que leva as pessoas a casar? 10 min

E a manter um casamento? 8 min

*Questões de  
Finalização*

Que conselhos dariam a amigos que estejam a começar um namoro e queiram ter uma relação bem sucedida no futuro? 8 min

Sei que foram levantadas várias ideias que não pudemos desenvolver, mas antes de terminarmos gostaria de perguntar se querem acrescentar algo que ainda não tenha sido abordado ou que não tiveram oportunidade de dizer no momento? 3 min

Total – 1h50 min



## **Apêndice D**

**Sistema hierárquico de categorias do estudo, “Casamento e coabitação: Antecipação de percursos conjugais de jovens portugueses numa relação de namoro” (*export NVivo*; Artigo 2)**



| Name   | Sources  | References |
|--|----------|------------|
| <b>Atitudes Gerais</b>                             | <b>3</b> | <b>63</b>  |
| Atitude desfav casamento                           | 3        | 12         |
| Atitude favorável coabitação                       | 3        | 11         |
| Atitude favorável casamento                        | 2        | 13         |
| Atitudes ambíguas face ao casamento                | 2        | 13         |
| Atitude neutra face à coabitação                   | 2        | 6          |
| Atitude neutra face ao casamento                   | 2        | 4          |
| Atitudes fav coab e ambivalentes face ao casamento | 1        | 4          |
| <b>Motivos</b>                                     | <b>3</b> | <b>122</b> |
| Coabitação   | 3        | 42         |
| Não Decisão  | 3        | 5          |
| Acontece   | 2        | 2          |
| Passo natural                                      | 2        | 3          |
| Externos   | 2        | 8          |
| Práticos   | 2        | 8          |
| Questões práticas                                  | 2        | 3          |
| Independência                                      | 2        | 3          |
| Tem mesmas vantagens coab casamento                | 1        | 2          |
| Internos   | 2        | 12         |
| Emocionais e continuidade relacional               | 2        | 6          |
| Outros   | 2        | 4          |
| Teste da relação                                   | 2        | 2          |
| Maior liberdade face ao parceiro                   | 1        | 1          |
| Viver fases com calma                              | 1        | 1          |
| Valores e crenças                                  | 1        | 2          |
| Casamento  | 2        | 80         |
| Externos   | 2        | 19         |
| Cultural   | 2        | 11         |
| Norma comum  | 1        | 6          |
| Estereótipos femininos                             | 1        | 4          |
| Práticos   | 2        | 6          |
| Benefícios fiscais ou legislativos                 | 2        | 3          |
| Liberdade face a uma família tradicional           | 1        | 2          |
| Gravidez   | 1        | 1          |
| Pressão do par amoroso                             | 1        | 2          |
| Internos   | 2        | 29         |
| Emocionais e continuidade relacional               | 2        | 19         |
| Amor   | 2        | 3          |
| Compromisso assumido                               | 1        | 5          |
| Estabilidade constrangimentos                      | 1        | 3          |
| Filhos e família                                   | 1        | 3          |
| Afirmção pública                                   | 1        | 4          |
| Valores e crenças                                  | 2        | 10         |
| Religiosidade                                      | 2        | 3          |
| Modelos parentais                                  | 1        | 2          |
| Motivos intrínsecos                                | 1        | 4          |



## **Apêndice E**

### **Guião da entrevista a casais de namorados**



## ENTREVISTA SEMI-ESTRUTURADA

### Materiais necessários

- ✓ Entrevistador:
  - Guião da entrevista: 8 pp.
  - Gravador (2 de preferência)
  - 1 Linha do Tempo
- ✓ Participantes:
  - 2 Linhas do Tempo
  - 2 Mapas dos Recursos do Casal
  - 2 conjuntos de lápis de cor (2 vermelhos, 2 laranjas, 2 amarelos, 2 verdes, 2 azuis)

### Introdução

- ✓ Agradecer colaboração
- ✓ Explicar que a entrevista se enquadra numa investigação alargada, que pretende conhecer as dinâmicas dos namoros dos jovens de hoje
- ✓ Garantir confidencialidade dos dados e solicitar autorização para gravação
- ✓ Explicar estrutura da entrevista: parte inicial e final mais livre e duas actividades intermédias
- ✓ Perguntar se há dúvidas e dar início à gravação.

- 1º MOMENTO -

**Entrevistador:**

1.1 Para começar, contem-me, pelas vossas próprias palavras, a história do vosso relacionamento. Não tenho perguntas específicas para vos colocar, gostaria apenas que me contassem das vossas vidas juntos como se fosse uma história com um início, um meio e como as coisas poderão ser no futuro. Não há uma forma certa nem errada de contar a vossa história... contem-na apenas da forma como vos parecer mais confortável... é algo que os casais normalmente gostam de fazer... cada um de vós pode falar e espero ouvir de ambos... podem concordar com a história, podem discordar... como vos parecer mais natural. Podem começar por me contar como era a vossa vida antes de se conhecerem e partirem daí para a história do vosso relacionamento.

- ✓ Folha 1: Mostrar *Linha do Tempo* para melhor visualização.
- ✓ Se necessário, orientar o casal para que se foque nas várias fases do relacionamento.

1.2 Falaram um pouco sobre a forma como vêem o vosso futuro. No entanto, gostaria que falassem um pouco como o perspectivam, em termos dos desafios que este vos pode trazer.

- ✓ Referir planos explicitados anteriormente, como casamento ou coabitação, ou eventuais mudanças.



## - 2º MOMENTO -

### Entrevistador:

**2.1** Gostaria agora que realizassem uma tarefa, indicando especificamente os momentos de transição na vossa relação, aquelas situações ou datas que marcam uma mudança. Podem indicar momentos positivos e também os mais difíceis da vossa relação. Podem já os ter mencionado ou não, mas pedia que indicassem quer uns quer outros, assinalando-os nesta linha do tempo, com a indicação da data a que o momento se refere, por exemplo, o mês ou ano de namoro (*caso seja necessário, pode-se pegar num exemplo da história contada anteriormente*). Pedia que fizessem esta tarefa individualmente, sem se preocuparem em identificar os mesmos momentos que o vosso par ou encontrar uma situação para cada mês.

✓ Folha 1: Entregar *Linha do tempo* da relação, uma folha para cada um.

**2.2** Pedia, então, agora que apresentassem a vossa Linha do Tempo. Eu sugeria que comesse quem tiver identificado o momento mais antigo e seguíamos uma ordem temporal, com os contributos de ambos. Caso tenham os dois identificado determinado momento, podem comentá-lo entre vós. Pedia ainda que não escrevessem na vossa Linha, pois gostaria de guardar a tarefa original. Enquanto falam, eu vou marcando os vossos momentos numa mesma Linha.

Quando se  
conheceram

Início do  
namoro



## - 3º MOMENTO -

### Mapa dos Recursos e Dimensões:

#### Entrevistador:

**3.1** Pedia agora que realizassem uma segunda tarefa individualmente (*entregar Folha 2*). A actividade chama-se Mapa de Recursos do Casal, é mais complexa e pretende-se que identifiquem os recursos ou áreas de apoio da vossa relação, seguindo o código das cores indicado. Para tal, devem utilizar estes lápis de cor, sombreando ou pintando cada um dos círculos. A vermelho devem pintar as áreas que consideram que vos providenciam muito apoio – são aquelas dimensões com que podem contar para melhorar e apoiar o vosso relacionamento; devem colorir a laranja as áreas que são de algum apoio; a amarelo aquelas com que podem contar para um pouco de apoio mas pouco consistente; a verde as que não consideram apoiantes mas que também não são negativas; e a azul aquelas áreas que retiram de facto apoio ao vosso relacionamento, dificultando-o. Eu vou explicar brevemente cada uma das dimensões e depois terão o tempo necessário para completarem cada secção do mapa segundo a vossa avaliação pessoal. Podem a qualquer momento colocar-me questões ou pedir para repetir a explicação das áreas, visto que são muitas. É natural que as vossas avaliações sejam diferentes e no fim teremos algum tempo para comentar ambos os Mapas.

- ✓ Folha 2: Mapa dos Recursos do Casal, uma folha para cada um. O entrevistador vai apontando as dimensões na sua folha à medida que as explica.

Vou passar então à explicação do Mapa e de cada uma das dimensões. O esquema está organizado em três esferas, do interior para o exterior. Assim, encontramos uma mais interna, que se refere a cada um de vós enquanto indivíduos – são as vossas características e sonhos pessoais; a segunda engloba as dimensões da vossa relação, enquanto casal; e a terceira, externa, refere-se a tudo o que vos rodeia, desde a família de cada um às leis do nosso país. Eu vou começar a explicar a esfera interna, da esquerda para a direita, e no fim podem pintar de acordo com a legenda que referi. Depois de ambos terem terminado, passo para a segunda esfera e assim por diante. Então:

- *Auto-estima* relaciona-se com a forma como a pessoa se vê a si mesma; isto inclui sentimentos positivos e/ou negativos acerca de si própria;
- *Sonhos pessoais* inclui as esperanças e sonhos que cada um tem para o seu futuro, tal como ter uma carreira de sucesso ou ser um bom pai ou mãe;
- *Valores* descreve aquilo que cada pessoa acredita ser importante; como exemplos temos união familiar, felicidade ou segurança;

- *Competências de coping* inclui competências de resolução de problemas (“como é que eu lido com desafios ou problemas na relação”) e também a pessoa acreditar que consegue de facto resolver problemas;
- *Estratégias de auto-apaziguamento* descreve a capacidade ou estratégias que a pessoa pode usar para acalmar ou relaxar face a situações de stress ou frustração;
- *Auto-consciência* refere-se ao conhecimento que a pessoa tem de si mesma, incluindo a compreensão que tem das razões pelas quais age e pensa de determinadas formas.

Podem então pintar essa primeira esfera.

Passando ao círculo do meio, que se refere mais especificamente ao vosso relacionamento:

- *História do casal* refere-se ao desenvolvimento do vosso relacionamento; por exemplo, a duração do namoro e as experiências que viveram e partilharam;
- *Sonhos partilhados* descreve os sonhos e esperanças que o casal partilha para o seu relacionamento; exemplos incluem o desejo de chegar aos seus 50 anos ou o desejo de criar e educar filhos com sucesso;
- *Recursos materiais partilhados* inclui qualquer recurso que o casal já tenha ou vá partilhar quando casar, como uma casa, carro, salários e investimentos;
- *Conhecimento sobre o par amoroso* consiste no conhecimento que a pessoa tem acerca do outro, incluindo a compreensão das razões pelas quais ele ou ela age ou pensa de determinada forma;
- *Estratégias para gerir a negatividade* inclui a capacidade do casal para lidar com e ou reduzir as interações ou sentimentos negativos quando eles surgem;
- *Competências relacionais* são as competências que ajudam a aumentar e desenvolver os aspectos positivos do relacionamento do casal, como competências de comunicação, negociação e fazer cedências.

Por fim, temos a esfera mais externa, a contextual:

- *Recursos da comunidade* inclui os apoios culturais e comunitários para os relacionamentos conjugais e casamento; exemplos podem ser as comunidades religiosas e grupos da igreja, campanhas de promoção do casamento ou normas culturais que apoiem a conjugalidade;
- *Profissionais/técnicos da família/casal* refere-se a terapeutas e conselheiros no domínio da família, como psicólogos ou líderes religiosos; devem pensar não só na existência e disponibilidade destes recursos mas também na vossa abertura e vontade de vir a usar estes serviços;
- *Contexto económico e político* descreve as tendências económicas e as políticas públicas que influenciam a vida conjugal e o casamento; como exemplos temos uma a existência de uma economia forte com baixo desemprego, sistema de impostos favorável aos casais e políticas governamentais amigas da família;
- *A minha carreira e a Carreira do par amoroso* refere-se às fontes de apoio dentro de cada percurso académico ou profissional, como horários de trabalho flexíveis,

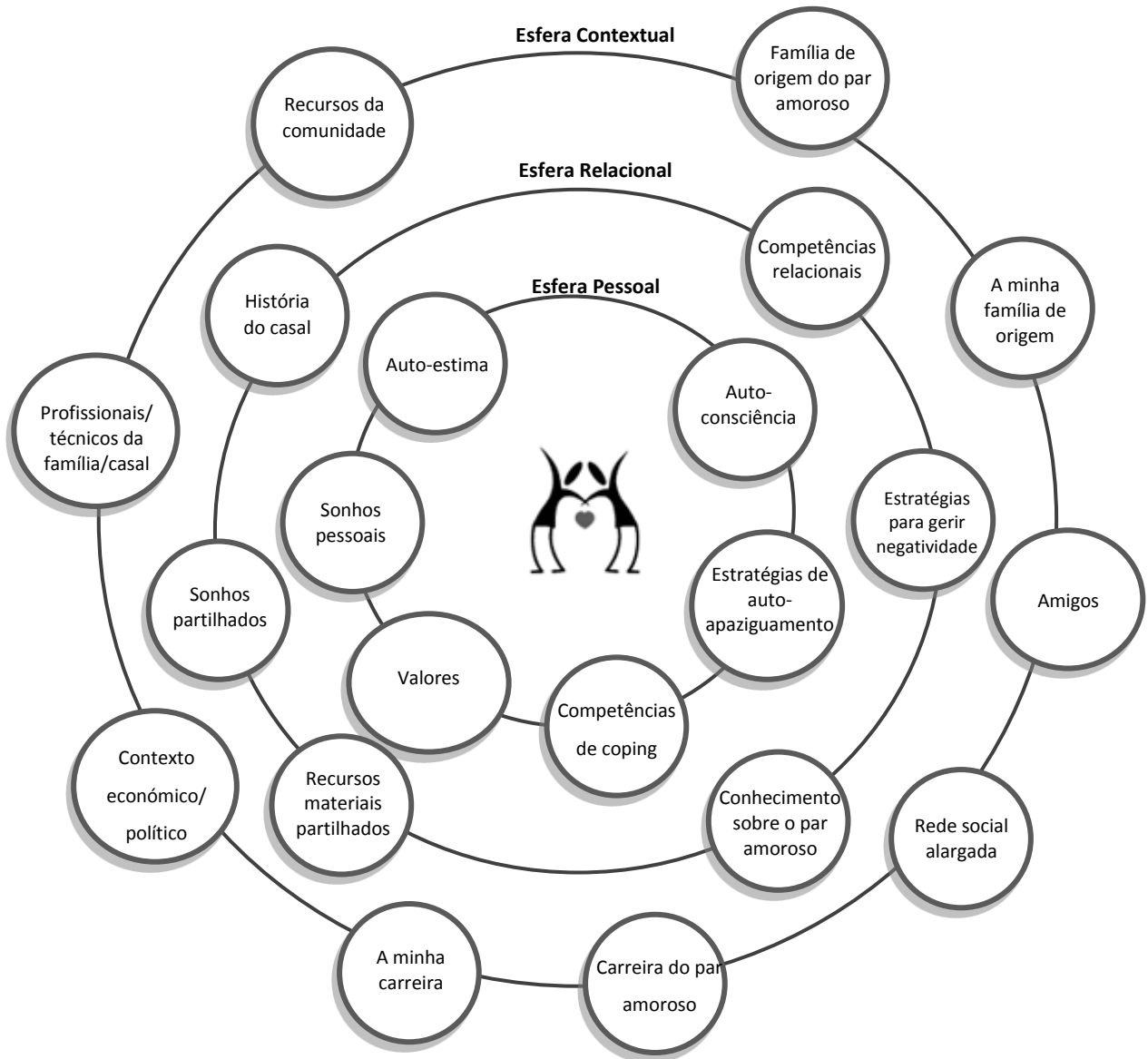
licenças para apoio à família (p.e., maternidade), e condições ou ambiente de trabalho favoráveis;

- *Rede social alargada* inclui contactos sociais que podem providenciar apoio directo ou indirecto para o casal, incluindo conhecidos, vizinhos e colegas de trabalho;
- *Amigos* descreve os amigos mais chegados de cada indivíduo e do casal que podem estar disponíveis para dar o apoio físico, emocional, etc., que seja necessário;
- *Família de origem de ambos* inclui os membros da família chegada e alargada que podem providenciar as várias formas de apoio que forem necessárias.

**3.2** (Quando terminarem) Podem então analisar o Mapa um do outro, fazendo qualquer observação que desejem. Gostaria também de saber se encontram algo que vos surpreenda e ouvir os vossos comentários sobre as semelhanças e diferenças que verificam.

**3.3** Gostaria, para terminar esta tarefa, que lessem a seguinte lista (*entregar Folha 3*) e me dissessem se há alguma ou algumas dimensões que consideram que esclarecem ou completam as ideias que falámos anteriormente. Inclusive, podem encontrar dimensões que não foram referidas e que vos pareçam igualmente relevantes no vosso relacionamento, quer numa forma positiva quer negativa.

## Mapa de Recursos do Casal



Pinte cada círculo de acordo com o apoio que providencia para o seu relacionamento.

Vermelho: Muito apoio    Laranja: Algum apoio    Amarelo: Um pouco de apoio

Folha 3: Entregar Lista de dimensões, uma folha para o casal.

- ✓ Dinheiro
- ✓ Comunicação
- ✓ Família de origem (pais, ...)
- ✓ Relacionamento sexual
- ✓ Religião/espiritualidade
- ✓ Tempos-livres
- ✓ Amigos
- ✓ Álcool e drogas
- ✓ Filhos
- ✓ Autonomia/Dependência
- ✓ Divisão de tarefas/responsabilidades
- ✓ Trabalho/estudos
- ✓ Demonstrações de afecto
- ✓ Conflitos
- ✓ Objectivos futuros
- ✓ Personalidade/temperamento
- ✓ Partilha de confidências
- ✓ Filosofia de vida
- ✓ Papéis femininos/masculinos
- ✓ Outras

## - 4º MOMENTO -

### **Entrevistador:**

4. Aproximando-nos do fim, e tendo em conta quer a vossa história e experiência, quer as várias dimensões que considerámos anteriormente, que domínios consideram que seria importante incluir numa intervenção que pretende apoiar namorados ou noivos no seu relacionamento e numa fase de transição para a vida de casal?
5. Para terminar, gostaria de perguntar o que identificam como mais positivo, ou seja, as forças da vossa relação. Podem apresentar isso numa frase, como um slogan daquilo que sabem que fazem bem no vosso relacionamento.

### **Finalização:**

- ✓ Perguntar como se sentiram e comentários à entrevista
- ✓ Perguntar se desejam uma cópia das tarefas
- ✓ Referir disponibilidade/possibilidade de nova entrevista passado um ano
- ✓ Solicitar acesso aos dados dos questionários
- ✓ Agradecer disponibilidade e tempo cedido.



## **Apêndice F**

**Sistema hierárquico de categorias do estudo, “Anticipated marital needs and strenghts of dating couples” (export NVivo; Artigo 5)**



| Name  | Sources   | References |
|---|-----------|------------|
| <b>Conteúdos para programa</b>                                  | <b>20</b> | <b>217</b> |
| Comunicação   | 16        | 41         |
| Como comunicar e discutir                                       | 10        | 21         |
| Comunicação com valores   | 6         | 9          |
| Tipos e estratégias de comunicação                              | 5         | 5          |
| Estratégias de resolução de conflitos e problemas               | 3         | 7          |
| Comunicação e diálogo Geral                                     | 7         | 9          |
| Comunicação dia-a-dia   | 4         | 5          |
| Comunicação sobre assuntos profundos de cada um                 | 4         | 5          |
| Comunicação sobre a relação                                     | 1         | 1          |
| Equilíbrio Eu Tu Nós  | 15        | 63         |
| Foco no outro   | 9         | 20         |
| Respeito e cuidado pelo outro                                   | 7         | 13         |
| Cedências e priorizar o outro                                   | 4         | 7          |
| Foco na relação   | 7         | 26         |
| Intencionalidade no investimento                                | 5         | 10         |
| Entrega compromisso e confiança                                 | 3         | 11         |
| Valorização do Nós  | 2         | 5          |
| Individualidade   | 6         | 15         |
| Necessidade da individualidade e liberdade pessoal              | 5         | 12         |
| Respeito pelo espaço do outro                                   | 2         | 3          |
| Equilíbrio fusão vs autonomia                                   | 2         | 2          |
| Dimensões práticas  | 11        | 24         |
| Dinheiro e estabilidade financeira                              | 7         | 14         |
| Divisão de Tarefas  | 4         | 4          |
| Diversas  | 4         | 6          |
| Conhecimento auto e mútuo                                       | 10        | 35         |
| Conhecer a pessoa e compatibilidades                            | 9         | 33         |
| Valores individuais e de casal                                  | 6         | 8          |
| Objectivos futuros  | 5         | 8          |
| Personalidade e passado individual                              | 3         | 8          |
| Auto-conhecimento   | 2         | 2          |
| Importância e implicações da conjugalidade                      | 9         | 26         |
| Maturidade e consciência das implicações da conjugalidade geral | 5         | 10         |
| Precipitação ou passos importantes                              | 4         | 8          |
| Reflexão sobre opções conjugais                                 | 3         | 7          |
| Informação e soluções sobre factores de risco                   | 1         | 1          |
| Rede social   | 7         | 15         |
| Família de Origem   | 4         | 9          |
| Famílias geral  | 2         | 3          |
| Manter laços e boa comunicação com família                      | 2         | 5          |
| Limites e influência  | 1         | 1          |
| Amigos  | 3         | 5          |
| Pedir ajuda a outros  | 1         | 1          |
| Intimidade e afectos  | 6         | 9          |
| Sexualidade   | 5         | 7          |
| Demonstrar e ler emoções e afectos                              | 1         | 2          |
| Questões processuais  | 3         | 4          |
| Respeitar ritmos e especificidades do casal                     | 2         | 2          |
| Investir antes do casamento                                     | 1         | 2          |
| <b>Forças do casal</b>  | <b>20</b> | <b>104</b> |
| Intimidade  | 14        | 47         |
| Partilha e comunicação  | 11        | 19         |

|  |   |    |
|--|---|----|
| Amizade e cumplicidade                     | 5 | 14 |
| Demonstrações de amor                      | 4 | 8  |
| Apoio                                      | 2 | 6  |
| Bons momentos                              | 8 | 19 |
| Humor e diversão                           | 6 | 14 |
| Actividades específicas                    | 3 | 5  |
| Equilíbrio com o outro                     | 8 | 17 |
| Confiança e respeito pelo outro            | 6 | 9  |
| Bom encaixe                                | 4 | 8  |
| Compatibilidade e correspondência          | 3 | 6  |
| Equilíbrio nas diferenças                  | 1 | 2  |
| Desenvolvimento conjunto                   | 4 | 9  |
| Compromisso e construir um projecto futuro | 2 | 5  |
| Adaptação e crescimento mútuo              | 2 | 4  |
| Relação e amigos                           | 3 | 6  |
| Orgulho na relação e história no geral     | 3 | 5  |
| Deus e fé                                  | 1 | 1  |

## **Apêndice G**

**Sistema hierárquico de categorias do estudo, “Contextual challenges and resources of young adult dating couples (*export NVivo; Artigo 6*)**



| Name  | Sources   | References |
|---|-----------|------------|
| <b>Contextual Dimensions</b>  | <b>20</b> | <b>283</b> |
| Career  | 20        | 47         |
| Studies   | 12        | 19         |
| Work  | 11        | 28         |
| Community Resources   | 19        | 34         |
| In general or different groups  | 11        | 13         |
| Church in general   | 3         | 3          |
| Children Sunday School teachers   | 2         | 4          |
| Religious volunteer work and projects                                   | 2         | 4          |
| Sports activities and clubs   | 2         | 4          |
| Scouts  | 2         | 3          |
| Choir   | 1         | 1          |
| Charities   | 1         | 1          |
| Family life Professionals   | 19        | 55         |
| Psys  | 19        | 45         |
| Religious Counselor   | 4         | 9          |
| Health professionals  | 1         | 1          |
| Friends   | 19        | 41         |
| General   | 18        | 31         |
| Not Common  | 5         | 6          |
| Common  | 4         | 4          |
| Family  | 18        | 48         |
| Economic Political Context  | 17        | 31         |
| Social Network  | 17        | 27         |
| <b>Evaluation</b>   | <b>20</b> | <b>305</b> |
| Resource or Positive Event  | 20        | 169        |
| General Support   | 20        | 85         |
| Personal support  | 11        | 20         |
| Promotes Personal well-being and fulfillment                            | 9         | 13         |
| Gives Personal support that has relational consequences                 | 6         | 7          |
| Acceptance and respect for the couple or partner                        | 9         | 14         |
| Accepts and welcomes the other  | 6         | 8          |
| Validates and respects the couple unit                                  | 5         | 6          |
| Brings the couple closer together                                       | 7         | 10         |
| Small chance or last resource   | 6         | 11         |
| Provide different or new perspectives or advices                        | 6         | 9          |
| Provides practical or material support                                  | 5         | 6          |
| Stability, security and flexibility                                     | 4         | 4          |
| Provides opportunities for the partner to show support and appreciation | 3         | 4          |
| It was how they met   | 2         | 2          |
| Sensible and caring   | 2         | 4          |
| Indifferent or Unavailable  | 20        | 61         |
| In general  | 19        | 45         |
| Expensive and selective   | 6         | 6          |
| Distant or problematic  | 4         | 4          |
| Not well seen   | 2         | 5          |
| Challenge or Negative Event   | 18        | 75         |
| Negative Impact   | 18        | 68         |
| Takes support away from other dimensions                                | 11        | 21         |
| Less money and practical support for leisure or goals                   | 10        | 14         |
| Less job opportunities or worse work conditions                         | 3         | 4          |
| Emigration and distance from family and friends                         | 3         | 3          |
| Less time   | 9         | 10         |

|  |   |    |
|--|---|----|
| Different values and respect for the couple unit | 8 | 12 |
| Don't share same values                          | 5 | 5  |
| Don't support, respect or validate the couple    | 4 | 7  |
| Causes personal problems with spill over effects | 7 | 10 |
| In General                                       | 6 | 6  |
| Blocks relational development and dreams         | 4 | 4  |
| Causes insecurities                              | 3 | 3  |
| Is absent  | 1 | 2  |
| Positive Impact                                  | 6 | 7  |
| Opens future possibilities                       | 5 | 5  |
| Develops positive couple skills and memories     | 1 | 2  |



## Apêndice H

### Guião da entrevista a casais recém-casados/coabitantes<sup>82</sup>

---

<sup>82</sup> Não foram incluídas as actividades Mapa dos Recursos do Casal e Lista de Dimensões por já estarem presentes no Apêndice E.



## **ENTREVISTA SEMI-ESTRUTURADA**

### **CASAIS CASADOS OU COABITANTES**

#### **Materiais necessários**

- ✓ Entrevistador:
  - Guião da entrevista: 8 pp.
  - Gravador (2 de preferência)
- ✓ Participantes:
  - 2 Mapas dos Recursos do Casal
  - 2 conjuntos de lápis de cor (2 vermelhos, 2 laranjas, 2 amarelos, 2 verdes, 2 azuis)
  - 2 listas de Dimensões

#### **Introdução**

- ✓ Agradecer colaboração
- ✓ Explicar que a entrevista se enquadra numa investigação alargada, que pretende conhecer as dinâmicas dos relacionamentos amorosos dos jovens de hoje para melhor intervir de forma preventiva e clínica
- ✓ Garantir confidencialidade dos dados e solicitar autorização para gravação
- ✓ Explicar estrutura da entrevista: parte inicial e final mais livre e duas actividades intermédias
- ✓ Perguntar se há dúvidas e dar início à gravação.

## - 1º MOMENTO -

### História do casal e transições

#### 1.3 História do casal:

Para começar, contem-me, pelas vossas próprias palavras, a história do vosso relacionamento. Não tenho perguntas específicas para vos colocar, gostaria apenas que me contassem das vossas vidas juntos como se fosse uma história com um início, um meio e como as coisas poderão ser no futuro. Não há uma forma certa nem errada de contar a vossa história... contem-na apenas da forma como vos parecer mais confortável... é algo que os casais normalmente gostam de fazer... cada um de vós pode falar e espero ouvir de ambos... podem concordar com a história, podem discordar... como vos parecer mais natural. Podem começar por me contar como era a vossa vida antes de se conhecerem e partirem daí para a história do vosso relacionamento.

- ✓ Se necessário, orientar o casal para que se foque nas várias fases do relacionamento.

#### 1.4 Transições relevantes

Houve momentos de transição na vossa relação, aquelas situações ou datas que marcam uma mudança. Podem indicar momentos positivos e também os mais difíceis da vossa relação.

#### 1.5 Transição para a conjugalidade / casamento

- ✓ Decisão de casar
- ✓ Preparação
- ✓ Expectativas vs. Realidade
- ✓ Desafios agora que estão casados
- ✓ O que é melhor
- ✓ Relação com as respectivas famílias: que mudanças houve?

#### 1.6 Como vêem o futuro?

- ✓ Desafios externos

## - 2º MOMENTO -

### Mapa dos Recursos e Dimensões

2.1. Pedia agora que realizassem uma tarefa individualmente (*entregar Folha 2*). A actividade chama-se Mapa de Recursos do Casal, é mais complexa e pretende-se que identifiquem os recursos ou áreas de apoio da vossa relação, seguindo o código das cores indicado. Para tal, devem utilizar estes lápis de cor, sombreando ou pintando cada um dos círculos. A vermelho devem pintar as áreas que consideram que vos providenciam muito apoio – são aquelas dimensões com que podem contar para melhorar e apoiar o vosso relacionamento; devem colorir a laranja as áreas que são de algum apoio; a amarelo aquelas com que podem contar para um pouco de apoio mas pouco consistente; a verde as que não consideram apoiantes mas que também não são negativas; e a azul aquelas áreas que retiram de facto apoio ao vosso relacionamento, dificultando-o. Eu vou explicar brevemente cada uma das dimensões e depois terão o tempo necessário para completarem cada secção do mapa segundo a vossa avaliação pessoal. Podem a qualquer momento colocar-me questões ou pedir para repetir a explicação das áreas, visto que são muitas. É natural que as vossas avaliações sejam diferentes e no fim teremos algum tempo para comentar ambos os Mapas.

- ✓ Folha 2: Mapa dos Recursos do Casal, uma folha para cada um. O entrevistador vai apontando as dimensões na sua folha à medida que as explica.

Vou passar então à explicação do Mapa e de cada uma das dimensões. O esquema está organizado em três esferas, do interior para o exterior. Assim, encontramos uma mais interna, que se refere a cada um de vós enquanto indivíduos – são as vossas características e sonhos pessoais; a segunda engloba as dimensões da vossa relação, enquanto casal; e a terceira, externa, refere-se a tudo o que vos rodeia, desde a família de cada um às leis do nosso país. Eu vou começar a explicar a esfera interna, da esquerda para a direita, e no fim podem pintar de acordo com a legenda que referi. Depois de ambos terem terminado, passo para a segunda esfera e assim por diante. Então:

- *Auto-estima* relaciona-se com a forma como a pessoa se vê a si mesma; isto inclui sentimentos positivos e/ou negativos acerca de si própria;
- *Sonhos pessoais* inclui as esperanças e sonhos que cada um tem para o seu futuro, tal como ter uma carreira de sucesso ou ser um bom pai ou mãe;
- *Valores* descreve aquilo que cada pessoa acredita ser importante; como exemplos temos união familiar, felicidade ou segurança;

- *Competências de coping* inclui competências de resolução de problemas (“como é que eu lido com desafios ou problemas na relação”) e também a pessoa acreditar que consegue de facto resolver problemas;
- *Estratégias de auto-apaziguamento* descreve a capacidade ou estratégias que a pessoa pode usar para acalmar ou relaxar face a situações de stress ou frustração;
- *Auto-consciência* refere-se ao conhecimento que a pessoa tem de si mesma, incluindo a compreensão que tem das razões pelas quais age e pensa de determinadas formas.

Podem então pintar essa primeira esfera.

Passando ao círculo do meio, que se refere mais especificamente ao vosso relacionamento:

- *História do casal* refere-se ao desenvolvimento do vosso relacionamento; por exemplo, a duração do namoro e as experiências que viveram e partilharam;
- *Sonhos partilhados* descreve os sonhos e esperanças que o casal partilha para o seu relacionamento; exemplos incluem o desejo de chegar aos seus 50 anos ou o desejo de criar e educar filhos com sucesso;
- *Recursos materiais partilhados* inclui qualquer recurso que o casal já tenha ou vá partilhar quando casar, como uma casa, carro, salários e investimentos;
- *Conhecimento sobre o par amoroso* consiste no conhecimento que a pessoa tem acerca do outro, incluindo a compreensão das razões pelas quais ele ou ela age ou pensa de determinada forma;
- *Estratégias para gerir a negatividade* inclui a capacidade do casal para lidar com e ou reduzir as interações ou sentimentos negativos quando eles surgem;
- *Competências relacionais* são as competências que ajudam a aumentar e desenvolver os aspectos positivos do relacionamento do casal, como competências de comunicação, negociação e fazer cedências.

Podem então pintar essa segunda esfera.

Por fim, temos a esfera mais externa, a contextual:

- *Recursos da comunidade* inclui os apoios culturais e comunitários para os relacionamentos conjugais e casamento; exemplos podem ser as comunidades religiosas e grupos da igreja, campanhas de promoção do casamento ou normas culturais que apoiem a conjugalidade;
- *Profissionais/técnicos da família/casal* refere-se a terapeutas e conselheiros no domínio da família, como psicólogos ou líderes religiosos; devem pensar não só na existência e disponibilidade destes recursos mas também na vossa abertura e vontade de vir a usar estes serviços;
- *Contexto económico e político* descreve as tendências económicas e as políticas públicas que influenciam a vida conjugal e o casamento; como exemplos temos uma a existência de uma economia forte com baixo desemprego, sistema de impostos favorável aos casais e políticas governamentais amigas da família;

- *A minha carreira e a Carreira do par amoroso* refere-se às fontes de apoio dentro de cada percurso académico ou profissional, como horários de trabalho flexíveis, licenças para apoio à família (p.e., maternidade), e condições ou ambiente de trabalho favoráveis;
- *Rede social alargada* inclui contactos sociais que podem providenciar apoio directo ou indirecto para o casal, incluindo conhecidos, vizinhos e colegas de trabalho;
- *Amigos* descreve os amigos mais chegados de cada indivíduo e do casal que podem estar disponíveis para dar o apoio físico, emocional, etc., que seja necessário;
- *Família de origem de ambos* inclui os membros da família chegada e alargada que podem providenciar as várias formas de apoio que forem necessárias.

2.2 (Quando terminarem) Podem então analisar o Mapa um do outro, fazendo qualquer observação que desejem. Gostaria também de saber se encontram algo que vos surpreenda e ouvir os vossos comentários sobre as semelhanças e diferenças que verificam.

- ✓ Explorar várias áreas

2.3. Gostaria, para terminar esta tarefa, que lessem a seguinte lista (*entregar Folha 3*) e me dissessem se há alguma ou algumas dimensões que consideram que esclarecem ou completam as ideias que falámos anteriormente. Inclusive, podem encontrar dimensões que não foram referidas e que vos pareçam igualmente relevantes no vosso relacionamento, quer numa forma positiva quer negativa.

- ✓ Folha 3: Entregar Lista de dimensões, uma folha para o casal.

## - 3º MOMENTO -

### **Intervenção**

3.1 Aproximando-nos do fim, e tendo em conta quer a vossa história e experiência, quer as várias dimensões que considerámos anteriormente, que domínios consideram que seria importante incluir numa intervenção que pretende apoiar namorados ou noivos no seu relacionamento e numa fase de transição para a vida de casal?

3.2 A vós pessoalmente, teria sido pertinente/interessante participar numa intervenção antes do casamento? E no geral, parece-vos que as pessoas iriam aderir a um Programa de Educação (Pré)Conjugal?

3.3 Quais acham que seriam os maiores obstáculos? Como acham que poderiam ser divulgados estes programas?

3.4 Que tipo de moderadores/dimensões, que formato (fins de semana, pós laboral, diário, semanal...) seriam mais atractivos e acessíveis?

### **Forças do casal**

4. Para terminar, gostaria de perguntar o que identificam como mais positivo, ou seja, as forças da vossa relação. Podem apresentar isso numa frase, como um slogan daquilo que sabem que fazem bem no vosso relacionamento.

### **Finalização:**

- ✓ Perguntar como se sentiram e comentários à entrevista
- ✓ Perguntar se desejam uma cópia das tarefas
- ✓ Solicitar preenchimento dos questionários
- ✓ Agradecer disponibilidade e tempo cedido.



## **Apêndice I**

**Sistema hierárquico de categorias do estudo, “Couple in Progress”  
(*export NVivo*; Artigo 7)**



| Name  | Sources   | References |
|---|-----------|------------|
| <b>Alegrias e desafios da transição para a conjugalidade</b>              | <b>10</b> | <b>231</b> |
| Eixo 1 Tempo Tarefas Gestão   | 10        | 82         |
| Alegrias do tempo juntos  | 9         | 18         |
| Gestão simples das TD   | 3         | 4          |
| Mais tempo juntos e actividades   | 7         | 14         |
| Desafios das exigências do dia-a-dia                                      | 10        | 64         |
| Ajustes a casa e trabalho novos   | 3         | 5          |
| Condições casa e bairro   | 2         | 10         |
| Gestão financeira decisões práticas                                       | 4         | 5          |
| Problemas de gestão não especificados                                     | 2         | 3          |
| TD e Trabalho implicam falta de usufruir relação                          | 10        | 41         |
| Características do Trabalho trazem consequências ao bem-estar do casal    | 6         | 10         |
| Intersecção W e TD dificulta horários e rotinas                           | 6         | 22         |
| Ter de fazer TD   | 6         | 9          |
| Eixo 2 Intimidade e o Eu  | 10        | 43         |
| Alegrias da intimidade e cuidado mútuo                                    | 8         | 22         |
| Apoio mútuo mais efectivo e maior cuidado                                 | 3         | 3          |
| Partilha da vida com quem se gosta  | 2         | 2          |
| Respeito pelas diferenças traz riqueza e crescimento                      | 3         | 3          |
| Satisfação, conforto e afectos dos momentos íntimos diários               | 5         | 14         |
| Desafios da empatia e diferentes necessidades                             | 9         | 21         |
| Ajustes por serem pessoas diferentes                                      | 7         | 8          |
| Falta de espaço pessoal   | 3         | 3          |
| Necessidade de fazer alterações pessoais para respeitar e cuidar do outro | 5         | 10         |
| Eixo 3 Autonomia Continuidade Criação                                     | 10        | 106        |
| Alegrias de desenvolver uma família autónoma                              | 10        | 81         |
| Compromisso e construção mútua do lar                                     | 4         | 10         |
| Poder projectar um futuro em comum  | 9         | 23         |
| Casar   | 3         | 4          |
| Poder sonhar e criar um futuro a dois pois estabilidade permite           | 2         | 3          |
| Projectos variados  | 2         | 2          |
| Sem pressa de planear ou realizar coisas                                  | 3         | 4          |
| Ter filhos  | 6         | 10         |
| Realização pessoal na vida rotinas de casada                              | 3         | 3          |
| Receber amigos e criar novas relações                                     | 3         | 4          |
| Relação positiva com FO   | 8         | 30         |
| FO demonstra apoio e afecto pelo casal                                    | 6         | 11         |
| Maior horizontalidade   | 2         | 5          |
| Visitas rotinas e limites simples naturais                                | 7         | 14         |
| Ser uma família independente  | 3         | 3          |
| Sucessos profissionais e conquistas em conjunto                           | 3         | 5          |
| Vivência pessoal de liberdade e paz                                       | 2         | 3          |
| Desafios das necessidades e características da FO e filhos                | 6         | 25         |
| Antecipação de dificuldades em ter Filhos                                 | 2         | 3          |
| Desafios relacionais com FO   | 3         | 12         |
| Dificuldades na gestão de limites por intromissão da FO                   | 2         | 4          |
| Necessidade de dar apoio à FO   | 3         | 6          |
| <b>Dimensões Transversais</b>   | <b>10</b> | <b>253</b> |
| Estabilidade  | 8         | 28         |
| Continua parecido ou com mudanças pequenas                                | 7         | 15         |
| Mudou   | 6         | 13         |
| Expectativas  | 9         | 48         |
| Expectativas e atitudes face aos desafios                                 | 6         | 29         |

|   |           |            |
|---|-----------|------------|
| Problemas esperados ou naturais que querem eliminar                                   | 3         | 11         |
| Problemas esperados ou naturais que têm de aceitar                                    | 3         | 6          |
| Problemas inesperados não equacionados  | 6         | 12         |
| Expectativas face aos aspectos positivos  | 9         | 19         |
| Esperado  | 2         | 2          |
| Não havia expectativas específicas ou naturalidade                                    | 3         | 6          |
| Superadas   | 4         | 5          |
| Surpresa positiva Mais fácil  | 3         | 6          |
| Rotinas, Rituais, Actos simbólicos e significados                                     | 5         | 6          |
| Actividades de casal com valor ou função especial intra-casal                         | 0         | 0          |
| Dormir juntos diariamente   | 2         | 2          |
| Partilha das pequenas coisas  | 2         | 3          |
| Refeições a dois  | 2         | 3          |
| Natal   | 2         | 2          |
| Refeições e outras rotinas de contacto com FO   | 3         | 4          |
| Teorias e causas  | 10        | 171        |
| Aliados da transição  | 10        | 85         |
| Apoio da Família de origem  | 2         | 3          |
| Atitudes e apoio do parceiro  | 7         | 11         |
| Circunstâncias ou factores externos ao casal  | 5         | 9          |
| Dinâmicas activas do casal  | 9         | 19         |
| Ambos assumem responsabilidades   | 1         | 2          |
| Criação intencional de dinâmicas relacionais para compensar                           | 3         | 4          |
| Manifestação de disponibilidade para mudar, adaptar ou experimentar estratégias novas | 4         | 5          |
| Respeito pelo outro e procura de consensos  | 4         | 8          |
| Gosto pelo trabalho ou tarefas domésticas   | 3         | 3          |
| História relacional e compromisso   | 9         | 24         |
| Compromisso e resiliência relacional  | 3         | 3          |
| Conhecimento prévio um do outro   | 3         | 3          |
| Namoro desafiante cria contraste positivo   | 8         | 18         |
| Manutenção de contacto e rotinas familiares   | 4         | 4          |
| Mesmos valores e filosofia de vida  | 2         | 2          |
| Outros  | 3         | 3          |
| Relação prévia com FO já de autonomia   | 3         | 3          |
| Soluções desejadas  | 3         | 4          |
| Complicadores da transição  | 10        | 86         |
| Expectativas desajustadas idealistas  | 3         | 3          |
| Família de origem   | 5         | 20         |
| Necessidades e preocupações da FO   | 3         | 8          |
| Relação e articulação   | 4         | 12         |
| Motivos práticos Casa Dinheiro e Trabalho   | 8         | 28         |
| Partilha permanente numa casa   | 4         | 4          |
| Pouco tempo solicitações  | 3         | 8          |
| Questões pessoais e inflexibilidade   | 5         | 10         |
| Serem diferentes  | 5         | 13         |
| <b>Temas</b>  | <b>10</b> | <b>297</b> |
| Casal dinâmicas e processos   | 10        | 81         |
| Apoio   | 5         | 6          |
| Construção do lar   | 9         | 23         |
| Discussões  | 2         | 5          |
| Partilha da vida e intimidade   | 8         | 15         |
| Respeito e coordenação das diferenças   | 7         | 11         |
| Tempo juntos e actividades  | 8         | 18         |
| Valores, crenças e filosofias de vida   | 3         | 3          |

|   |    |     |
|---|----|-----|
| Contextos com os quais o casal se relaciona | 10 | 216 |
| Amigos e rede social                        | 7  | 12  |
| Apoio                                       | 1  | 1   |
| Articulação                                 | 6  | 10  |
| Rede social e comunidade                    | 1  | 1   |
| Casa e Recursos Materiais                   | 10 | 50  |
| Casa e bairro                               | 3  | 10  |
| Gestão do orçamento e dinheiro              | 7  | 11  |
| Tarefas domésticas                          | 10 | 29  |
| Contexto económico social e político        | 3  | 8   |
| CEP   | 3  | 5   |
| Discursos sociais, perspectivas e valores   | 2  | 3   |
| Diferenças e questões pessoais              | 8  | 43  |
| Questões dela                               | 5  | 18  |
| Questões dele                               | 6  | 15  |
| Serem pessoas diferentes                    | 6  | 10  |
| Família de Origem                           | 10 | 63  |
| Apoio ao casal                              | 4  | 9   |
| Atitudes e aprovação da relação             | 4  | 7   |
| Educação dada Background Transmissão        | 3  | 3   |
| Limites e articulação                       | 9  | 44  |
| Trabalho                                    | 10 | 40  |
| Condições do trabalho                       | 8  | 23  |
| Horários de trabalho exigentes              | 7  | 13  |
| Instabilidade e desemprego                  | 4  | 5   |
| Trabalho implica estadias no estrangeiro    | 2  | 5   |
| Curso e carreira                            | 9  | 17  |

