SORAIA RAQUEL PENEDO VIEIRA

A SATISFAÇÃO CONJUGAL, A PERSONALIDADE E A SATISFAÇÃO COM A VIDA NA CONJUGALIDADE

Orientadora: Bárbara Gonzalez

Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias

Escola de Psicologia e Ciências da Vida

Lisboa

2015

SORAIA RAQUEL PENEDO VIEIRA

A SATISFAÇÃO CONJUGAL, A PERSONALIDADE E A SATISFAÇÃO COM A VIDA NA CONJUGALIDADE

Dissertação defendida em provas públicas para a obtenção do Grau de Mestre em Psicologia Clínica e da Saúde no Curso de Psicologia Clínica e da Saúde, conferido pela Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, no dia 22 de Julho de 2016 perante o JÚRI nomeado pelo seguinte Despacho Reitoral nº 179/2016 com a seguinte composição:

Presidente: Professora Doutora Cristina Camilo-ULHT

Arguente: Professora Doutora Patrícia Pascoal-ULHT

Orientadora: Professora Doutora Bárbara Gonzalez- ULHT

Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias

Escola de Psicologia e Ciências da Vida

COPELABS

Lisboa

2015

"So it's not gonna be easy.

It's going to be really hard;

We're gonna have to work at this everyday, but I want to do that because I want you.

I want all of you, forever, everyday.

You and me... everyday."

Nicholas Sparks, The Notebook

AGRADECIMENTOS

Seguramente que este espaço de agradecimentos se torna pequeno para mencionar todos aqueles que de alguma forma me incentivaram e ajudaram a chegar a esta tão importante etapa da minha vida. A todos um especial obrigada por me ajudarem a ultrapassar cada obstáculo e a alcançar cada objetivo.

Desde mais afirmo que a experiência académica foi um dos mais marcantes e enriquecedores capítulos da minha vida e a isso devo um agradecimento a várias entidades e pessoas envolvidas:

À *Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias*, por todo o conhecimento e formação que aqui adquiri, por todos os momentos inesquecíveis que guardo na memória e pelas pessoas excelentes que tive o privilégio de conhecer e criar amizade durante todo o meu percurso académico.

À *orientadora Professora Doutora Bárbara Gonzalez*, por toda a ajuda que me deu ao longo deste processo. O seu saber e experiência foram fundamentais na realização de todo este estudo.

Agradecer também a todas pessoas que gratuitamente se disponibilizaram a participar neste estudo. Sem os dados que forneceram, este estudo não teria sido possível, de modo a que todos os 100 *participantes* em estudo foram peças fundamentais em todo este decurso.

Aos meus mais chegados colegas de mestrado, um Muito Obrigada pela vossa amizade, companheirismo, ajuda e ânimo nos momentos de maior ansiedade. Em particular à *Marta*, pela amizade que criámos, pelos momentos de partilha e por todos os estímulos em alturas de desânimo.

É altura de afirmar que acredito que este momento não é de particular simbolismo apenas para mim, mas para todos aqueles que me têm acompanhado nesta "viagem", muitas vezes atribulada, que tem sido a minha vida.

À minha *Família* e *Amigos.* A todos aqueles que todos os dias me querem e me fazem bem.

Aos dois homens da minha vida, *Tiago e Fábio* que me provam todos os dias que o amor é um sentimento que realmente pode ser vivido de diversas formas. Ao primeiro, companheiro de viagem, dizer que nem que vivesse mil vidas conseguiria arranjar um irmão melhor. Ao último, aquele que eu apelido de "presente que a vida me deu", um especial agradecimento pela paciência, já que aguentou todas as minhas crises de nervos e esteve sempre lá para as apaziguar. Com vocês dois, não podia estar melhor "escoltada" perante a vida!

À minha *Mãe*, um obrigada não chega. Agradeço de coração por todo o orgulho que demonstra por mim todos os dias. Espero que esta etapa que hoje termina, possa, não compensar, mas retribuir todo o esforço, sacrifício e carinho demonstrado ao longo destes anos.

Ao meu *Pai*, que para além de saudade, deixou em mim um bocadinho de si. É muito dele e da marca emocional que me deixou, que faz de mim a pessoa que sou hoje.

A todos os mencionados e a mais alguns que aqui não estão especificamente referidos, um sentido e profundo sentimento de reconhecimento e gratidão. A todos vocês, dedico este trabalho.

Obrigada!

RESUMO

O presente estudo teve como objetivo a análise e compreensão de indivíduos quanto à satisfação conjugal vivida. Esta investigação teve, essencialmente, o objetivo fundamental de analisar e compreender as relações entre dimensões da personalidade e satisfação com a vida e a satisfação conjugal, procurando percecionar se é registada algum tipo de influência das duas primeiras dimensões nos níveis de Satisfação Conjugal. Com este propósito, foram inquiridos 100 indivíduos (N= 100) com as idades a variarem entre os 19 e os 60 anos (M =33.43; DP =8.686); sendo 50% da amostra referente ao sexo feminino e os restantes 50% ao sexo masculino, em que 51% dos inquiridos se encontram numa situação relacional de união de facto e 49% numa situação de casamento. Os participantes responderam individualmente a um questionário sociodemográfico, à Escala de Avaliação da Satisfação em Áreas da Vida Conjugal (EASAVIC) (Narciso & Costa, 1996), à Escala de domínios da Personalidade (NEO Five-Factor Inventory) (Lima & Simões, 2000) e à Escala de Satisfação com a Vida (SWLS) (Diener et al.,1985 & Simões, 1992). A análise quantitativa de resultados foi realizada com recurso ao software *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS) 21.0 for Windows, tendo-se concluído que: 1) verificam-se diferenças entre sexos relativamente aos níveis de Satisfação Conjugal, em que os homens apresentam níveis mais elevados quando comparados com mulheres; 2) não se verificam diferenças significativas nos níveis de satisfação conjugal entre indivíduos com e sem filhos; 3) o Neuroticismo surge negativamente associado com a Satisfação com a Vida e 4) a Satisfação Conjugal surge como preditora da Satisfação com a Vida.

Palavras-chave: Conjugalidade, Satisfação Conjugal, Personalidade e Satisfação com a Vida.

ABSTRACT

The main objective of this study is to analyse the marital satisfaction, personality and Satisfaction with life of individuals whom lived in a marital relation.

With this purpose, 100 individuals (n=100) with ages between 19 and 60 years old (M=33.43; DP=8.686); where inquired, in witch 50% where female and 50% male; 51% are living together and 49% are married.

The participants answered individualy to a sociodemografic questionnaire, to the Scale of Evaluation of the Satisfaction on the Marital Areas of Life (EASAVIC) (Narciso & Costa, 1996), NEO Five-Factor Inventory of personality (NEO-FFI) (Lima & Simões, 2000) and to the Satisfaction with life scale (SWLS) (Diener et al.,1985 & Simões, 1992).

The results were analysed using the *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS) 21.0 software for Windows, wich concluded that: 1) there are diferences between genders in marital satisfaction, having men presented higher results when compared with women; 2) the existence of children has no effect on the marital satisfaction; 3) there is a negative correlation between neuroticism and marital satisfaction; 4) and we can predict life satisfaction by positive marital life.

Keywords: Marital Satisfaction, personality and Satisfaction with Life.

Índice

INTRODUÇÃO…… 11

PARTE A – REVISÃO DA LITERATURA……..……... 13

Capitulo I – A Família……..... 14

1. A Família……... 14
2. A Conjugalidade…… 15
3. O Casamento…….. 16
4. A União de Facto……... 18

Capitulo II – A Satisfação Conjugal…….. 21

1. A Satisfação Conjugal……... 21
2. O Modelo da Satisfação Conjugal……..... 23
3. Proximidade e Intimidade: Conceitos Essenciais da Conjugalidade… 24
4. Variaveis Preditoras de Satisfação e Insatisfação…….. 25

Capitulo III- A Personalidade na Relação Conjugal…… 29

1. Personalidade……. 29
2. O Modelo dos Cinco Fatores……. 31
3. A Influência da Personalidade na Satisfação Conjugal……. 32

Capitulo IV – A Satisfação com a Vida e a Satisfação Conjugal…… 36

1. Bem-Estar Subjetivo…….. 36
2. Satisfação com a Vida……..……. 37
3. A Influência da Satisfação com a Vida na Relação Conjugal…...…… 37

Capitulo V – Objetivos e Hipóteses em Estudo……. 41

1. Objetivos do Estudo……..……. 41
2. Hipóteses em Estudo…….. 41

PARTE B – ESTUDO EMPÍRICO ……..…….. 42

1. Método……... 43
   1.1.Seleção da Amostra…… 43
2. Procedimento…….. ……. 43
3. Amostra…….. 44
4. Instrumentos……...…… 44
5. Análise de Dados……... 49
   5.1. Análise de Comparações…… 50
   5.2. Análise de Correlações……... 52

5.3. Análise de Regressões…… 53
6. Discussão……..…..……..……. 53
6.1. Limitações do Estudo…….. 55
6.2. Implicações Futuras…… 56

Conclusão Final…… 57

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS ……. 60

APÊNDICES……...…… i

APÊNDICE A – Protocolo de Investigação…….. ii
APÊNDICE B – Questionário Sócio-Demográfico……... iii

ANEXOS…….. vii
ANEXO 1 – EASAVIC……. ix
ANEXO 2 - NEO FFI…… xii
ANEXO 3 – SWLS…… xv

ÍNDICE DE QUADROS E TABELAS

Quadro 1	Fatores e Facetas Associadas.....	32
Tabela 1	Caracterização da Amostra – Género, Estado Civil, Nacionalidade, Habilitações Literárias, Situação Profissional, Existência de Filhos, de doença Física e/ou Mental e Idade……..	44
Tabela 2	Comparação entre géneros relativamente à Satisfação Conjugal……...	50
Tabela 3	Comparação entre indivíduos com e sem filhos relativamente à Satisfação Conjugal…….	51
Tabela 4	Correlações *Pearson* entre as dimensões da Satisfação conjugal, Personalidade e Satisfação com a Vida……..……	52
Tabela 5	Coeficiente do modelo de regressão de predição da satisfação conjugal com a satisfação com a vida……	53

Índice de Siglas

A - Amabilidade

AMO - Amor

AUT - Autonomia

BES – Bem-Estar Subjetivo

C - Continuidade

C - Conscienciosidade

CC - Comunicação e conflitos

CFP - Características físicas e psicológicas

E - Extroversão

EASAVIC - Escala de Avaliação da Satisfação em Áreas da Vida Conjugal

FC - Funcionamento conjugal

FF - Funções familiares

IE - Intimidade emocional

O – Abertura à Experiência

OMS – Organização Mundial de Saúde

N – Neuroticismo

NEO-FFI - NEO Five-Factor Inventory

REF - Relações extrafamiliares

SES - Sentimentos e Expressão de Sentimentos

SEX – Sexualidade

SPSS - Statistical Package for the Social Sciences

SWLS – Satisfaction With Life Scale

TL - Tempos livres

ULHT - Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias

Índice de Símbolos

n – Frequência absoluta

% - Percentagem (frequência relativa)

p – Significância

r - Coeficientes de Correlação de Pearson

t – t test (t Student)

χ2 – Teste Chi-Square

INTRODUÇÃO

O presente estudo insere-se na área da Psicologia da família, mais particularmente na temática da Conjugalidade.

Conseguir descobrir alguém com quem poder constituir uma vida em comum continua a ser nos dias de hoje uma procura constante; bem como que para variadas sociedades, o casamento continua a ser visto como uma etapa importante na vida de qualquer sujeito devido ao seu carácter de "ascensão" social (Scorsolini-Comin, F., & Santos, M. A. 2008). Relativamente a esta procura constante, faz todo sentido afirmar que o ser humano na sua essência tem uma necessidade intrínseca em fazer-se acompanhar no seu percurso de vida (Machado, 2007), ou seja, em encontrar um(a) companheiro(a) com quem dividir desafios, crises e momentos ditos felizes.

Das diversas formas de relação que o ser humano estabelece entre si e os outros, a relação conjugal surge como a mais exigente e desgastante de todas elas, já que conduz a uma junção de duas histórias de vida, emergentes de famílias distintas, que se propõem a conviverem juntas e a trocarem experiências (Valle & Osório, 2004). Deste modo, percebendo a necessidade do homem em partilhar o seu percurso de vida e constituir família, estabeleceu-se para este estudo como temática base as relações conjugais, apresentando-se como foco central todo o trabalho desenvolvido, a análise das variáveis: satisfação conjugal, personalidade e a satisfação com a vida.

Defendendo a importância da personalidade para o benefício do relacionamento, Soleimanian (1984) defende que a satisfação conjugal resulta de sentimentos de felicidade, satisfação e felicidade experimentados pelo casal, sendo influenciada por diversos fatores quer pessoais, sociais, económicos como culturais, em que o fator de maior peso apontado pelo autor surge como sendo os traços de personalidade de cada um dos sujeitos.

Por outro lado, o elemento cognitivo do Bem-estar Subjectivo, a Satisfação com a vida, é um constructo utilizado na tentativa de perceber se um relacionamento feliz e bem-sucedido conduz ou não a um nível positivo de satisfação com a vida. Esta variável simboliza a apreciação geral que o indivíduo faz do seu contentamento e qualidade de vida, empregando os seus próprios critérios (Pavot & Diener, 1993).

Posto isto, num tempo em que o casamento ganha contornos frágeis devido à elevada e crescente taxa de divórcios registada nos últimos anos, (49% de divórcios em Portugal;

Narciso & Ribeiro, 2008) as pessoas continuam na busca incansável de relacionamentos que consigam corresponder às suas expectativas (Fletcher, 2002, in Crespo, 2007).

O ponto de partida para esta investigação centrou-se na Satisfação Conjugal e na sua relação com traços de personalidade e com a satisfação com a vida.

Tendo em conta a necessidade de realização de mais estudos em Portugal na área da conjugalidade e à possibilidade de futuramente se ajudar a resolver dificuldades entre casais que procuram auxílio em contexto terapêutico, considera-se que o trabalho desenvolvido poderá traduzir-se num enriquecimento de conhecimento para a comunidade científica bem como um contributo para a efeitos de prevenção ao nível do bem-estar de sujeitos que se encontrem numa a viver uma relação íntima.

Este trabalho está organizado da seguinte forma: inicialmente com uma construção sintetizada do enquadramento teórico, objetivos e hipóteses nas quais se baseou a investigação deste trabalho; Posteriormente é apresentado todo o processo metodológico adotado ao longo da investigação bem como a apresentação dos devidos resultados. Num último momento, será apresentada uma discussão tendo em conta os resultados estatísticos obtidos e o enquadramento teórico apresentado inicialmente, para além do apontamento relacionado com as limitações e implicações notadas no decorrer de todo o trabalho de investigação.

Todo o trabalho foi executado com base nas normas do regulamento da universidade, segundo a autoria de Judite Primo e Diogo Mateus, na versão v5 e no que refere às referências bibliográficas adoptaram-se as normas de publicação da *American Psychological Association*.

Parte A – Revisão da Literatura

CAPITTULO 1 – A Família

1. A Família

O conceito de família não pode ser limitado a laços de sangue, casamento, parceria sexual, ou adoção. Qualquer grupo cujas ligações sejam baseadas na confiança, suporte mútuo e um destino comum, deve ser encarado como família. (Organização Mundial de Saúde, 2002; cit. in Rodrigues, et. al, 2007).

A conceção "Família" surge desde épocas bastante longínquas, remetendo para um grupo, um agregado social que exerce uma influência ativa na vida dos seus constituintes, sendo encarada como uma organização complexa, encaixada num contexto social amplo com o qual preserva uma interação constante (Biasoli-Alves, 2004).

O núcleo familiar apresenta-se com um papel essencial naquilo que é a formação dos indivíduos, sendo uma parte integrante da sua constituição e apresentando-se como interveniente essencial naquilo que é a determinação da organização da sua personalidade, onde é influenciador significativo do comportamento individual através de ações e práticas educativas tomadas no âmbito familiar (Drummond & Drummond Filho, 1998).

A família, muito para além das funções de reprodução, continuidade e evolução da espécie, tem também a importante e elevada responsabilidade de transmitir valores, cultura e comportamentos de geração para geração. Comportamentos esses que vão afetar a relação que cada individuo tem com a sociedade e com o contexto em que está inserido fundamentando o "ser" individual (Ribeiro, 2007).

Segundo Relvas (1996) e Alarcão (2002) o ciclo de vida familiar inclui cinco distintas etapas: sendo a primeira etapa relativa à formação do casal; a segunda etapa referente à família que procriou e tem agora filhos pequenos; a terceira etapa à família com filhos na idade escolar; a quarta etapa à família com filhos adolescentes; e a quinta etapa, o chamado ninho vazio, referente à família com filhos já adultos. Deste modo, são estes cinco ciclos de crescimento e as contínuas mudanças ocorridas ao longo dos tempos que constituem aquilo que é o sistema familiar.

Durante períodos de estabilidade, este núcleo tem por base padrões familiares adaptados à realidade em que o sujeito se encontra inserido. No entanto, ao ocorrerem situações de alterações significativas no contexto familiar a desorganização é instalada, já que deixa de haver uma adequada adaptação de padrões à atual nova estrutura. Este período de crise, dúvida e tensão, trata-se, na grande maioria das vezes, de momentos difíceis que marcam a

história familiar. Deste modo, no sentido de dar aos sujeitos a capacidades para responderem de forma eficaz a estas situações e para que se possa conseguir alcançar a adaptação desejada a cada um destes momentos de crise, mostra-se primordial proceder-se a uma reorganização entra a integração das exigências atuais com os padrões existentes anteriormente, restabelecendo assim, o necessário equilíbrio familiar (Minuchin, Colapinto e Minuchin, 1998).

Segundo os autores Paul-Henri, P. & Lawe, M.J. (1965) a família surge como um fator protetor na vida dos indivíduos, na medida em que este núcleo é considerado como um refúgio, como uma garantia de segurança e solidez ou ainda como um fator direcionado para a ordem social.

2. A Conjugalidade

"As primeiras uniões entre pessoas, oriundas de uma necessidade natural, são aquelas entre seres incapazes de existir um sem o outro, ou seja, a união da mulher e do homem para perpetuação da espécie." Aristóteles; Política, I, 1252a e 1252b, 13-4.

Não faria sentido falar em Satisfação Conjugal sem antes tentar perceber realmente o conceito de Conjugalidade e aquilo que é realmente viver uma relação íntima. Deste modo, Relvas (1996) contribuiu com um esclarecimento acerca da temática: *"O casal surge quando dois indivíduos se comprometem numa relação que pretendem que se prolongue no tempo".*

O termo conjugalidade refere assim, ao início de uma díade conjugal, constituindo a um espaço de apoio à criação de uma nova família, já que é com a formação do casal que tudo tem início. Segundo Sousa (2006), no momento em que os dois indivíduos se comprometem a assumir uma relação estável e duradoura no tempo, passam a complementar-se e a adaptar-se mutuamente de modo a criarem um modelo de funcionamento conjugal próprio. Este modelo resulta essencialmente do envolvimento do modelo de conjugalidade existente em cada uma das famílias de origem, de uma transferência e fusão dos padrões e valores que cada um trás das suas raízes familiares. Ou seja, cada um dos parceiros, a partir do momento em que é iniciado o seu envolvimento na relação a dois, experimenta uma reconstrução, um recomeço daquilo que até ao momento era a sua realidade individual e consequentemente surge uma aliança dos padrões comuns a cada uma das partes, constituindo assim uma identidade mútua conjugal (Veiga da Silva, 2001).

É então, neste ponto da criação de uma nova família que tem inico a, muitas vezes difícil, tarefa inicial de articulação entre a afirmação da individualidade de cada um dos parceiros do casal, pela forma de padrões que foram observados e aprendidos na família de origem ao longo da sua vida, bem como o reforço e afirmação da sua nova identidade enquanto casal (Sampaio e Gameiro, 1985).

Mostra-se então imprescindível que cada um dos membros do casal se dedique ao presente relacionamento sem que surja o sentimento de abandono à sua individualidade e identidade pessoal ou renúncia à sua família, de tal modo que no caso de haver uma tentativa de bloquear as influências familiares que o cônjuge traz para a união, esta ação pode traduzir-se como um efeito tóxico para a relação a dois. Pensa-se que é através deste equilíbrio e harmonia entre a família de origem e a nova união/família a que se propõem a criar que deve nascer uma complementaridade entre ambos para que a relação conjugal se possa tornar, idealmente, funcional (Minuchin, 1982).

3. O Casamento

Segundo Kaufmann (1993) não se registam especificidades no que refere às relações conjugais, para o autor são poucas as divergências entre casados e coabitantes, no entanto considerou-se importante fazer a distinção entre conceitos, de forma a que se vai seguir um esclarecimento acerca da definição de casamento.

"O casamento é definido como uma parceria sexual, económica e emocional entre um homem e uma mulher que é socialmente e legalmente aprovado" (Ambert, 2003, p.2).

Gottman & Notarius (2002), apresentaram num estudo a existência de um conjunto de determinantes do bem-estar familiar que surgem como consequência do tipo de interações existentes no casamento. *"O casamento parece assumir funções protetoras, uma vez que a ligação afetiva a alguém significativo e a consequente relação de intimidade são uma fonte de apoio emocional, o que fertiliza a autoestima e a autoconfiança, "ferramentas" essenciais para lidar com o stress"* (Narciso, Costa & Prata, 2002, p.68).

Diversos autores têm demonstrado interesse em perceber em que medida o casamento pode ser um fator protetor para ambos os sujeitos. Foi então apurado que pessoas casadas manifestam níveis significativamente mais elevados de bem-estar subjetivo quando comparados com indivíduos que nunca foram casados, que tenham passado por uma situação de divórcio ou que sejam viúvos (Stutzer & Frey, 2005). Posteriormente, novos estudos

realizados na mesma área de interesse, demonstraram que sujeitos em situação de casamento apresentam níveis mais elevados de bem estar físico e psicológico bem como níveis de saúde mais satisfatórios (Wilcox e Nock, 2006; Burman & Margolin, 1992; cit in Gomes, 2011). Também Gottam e Silver (2011) demonstraram interesse nesta temática, defendendo que pessoas casadas vivem aproximadamente mais 4 anos do que as restantes pessoas que se encontram num outro estado civil. O casamento surge então como preditor de um benéfico nível de saúde, já que a população casada tende a apresentar menores níveis de mortalidade e acentuados níveis de bem-estar, reduzidos níveis de problemas de saúde mental, ausência de ansiedade, depressão e favoráveis níveis de bem-estar psicológico (Silva, 2008).

No entanto, os conceitos referentes ao casamento e ao amor poderão não apresentar a mesma significação entre géneros na medida em que são observadas divergências entre homens e mulheres. Algumas destas diferenças são preestabelecidas antes do nascimento, uma vez que a estrutura genética de um ser refere-se a bases anatómicas, fisiológicas e psicológicas, em que o sexo do individuo é manipulado por estereótipos socialmente instituídos, o que vai influenciar os papéis sociais (Duarte, 2005; Oleiro, 2011). Ainda outros autores (Brown, 2004; Marcão, 2008) sugerem que as desigualdades sentidas por ambos os sexos relativamente ao casamento são consequentes não só de estereótipos mas também das diferentes vivências socias decorridas no seu percurso de vida anterior à relação e às experiencias ocorridas durante o casamento, nomeadamente relacionadas com a intimidade sexual e emocional, na comunicação e capacidade de gestão eficaz de conflitos.

Atualmente, com a adoção de uma postura mais competitiva por parte das mulheres no mercado de trabalho notou-se uma mudança de comportamentos e mentalidades no que respeita aos papéis tradicionalmente fixados para cada um dos sexos. Na atualidade, a mulher deixou de ter um papel meramente doméstico e de índole maternal passando a procurar mais ativamente relacionamentos tendo como base sentimentos de amor e não de motivos económicos (Fonseca, 2011; Leite, 2003).

Devido a toda esta alteração de comportamentos e mentalidades registada nos últimos anos, os casamentos são, hoje em dia, menos frequentes e menos estáveis, principalmente em casais que apresentam baixos rendimentos (Fortunato, 2009). Neste sentido, estatísticas realizadas pelo Eurostat (2000) com o intuito de se analisar características demográficas da população apresentaram uma redução no número de casamentos e um crescimento acentuado do número de divórcios. Nos censos respeitantes ao ano de 2001, foram apurados em

Portugal, cerca de 1.9% de sujeitos divorciados, 0.7% de separados e 6.9% de uniões de facto (Amaro, 2004).

É devido aos crescentes valores de sujeitos que parecem preferir optar pela união de facto que se achou pertinente a definição do conceito deste novo modo de vida, a união de facto, denominada também por coabitação.

4. A União de Facto

Apesar de todas as considerações protetoras que se pensa provirem do casamento, alguns investigadores defendem que o enlace enquanto instituição se encontra atualmente em crise, devendo-se à atual elevada taxa de divórcios (Ribeiro, 2002).

Como consequência deste fenómeno social, a Comissão Europeia (1996) sugere que tanto o casamento como o divórcio são situações que marcam formalmente o início e o encerrar dos relacionamentos formais, surgindo a coabitação como uma situação na vida dos indivíduos que ocorre num ambiente privado, escapando aos estereótipos criados socialmente bem como às normas sociais.

Para Williams et al (2006), a união de facto ou coabitação é uma situação relacional que remete para uma prática entre um casal que vive numa relação emocional e sexual, sem estarem oficialmente casados. Kaufmann (1993) sugere alguns conceitos para nomear quem vive junto sem se encontrar numa situação formal de casamento: a união de facto, a coabitação, a concubinagem e a união livre. Para o mesmo autor, o termo "União de Facto" remete para um carácter de teor jurídico, os "Coabitantes" tratam-se de pessoas que partilham o mesmo alojamento, os "Concubinos" aqueles que partilham a cama e a "União Livre" que remete para o declínio da instituição.

A União de Facto tem também tido um papel controverso no que diz respeito ao papel da religião. A crescente desvalorização que se tem vindo a propagar relativamente a aspetos sagrados, que antigamente simbolizavam o casamento e o tratavam como um dos sacramentos mais importantes da vida de um casal. O que antigamente era visto como um assunto que respeitava não só ao casal mas sim a toda a família, hoje em dia passou a ser uma decisão e um modo de estar intimo que apenas diz respeito ao casal (Leite, 2003). Não querendo com isto dizer que atualmente já não se verificam sujeitos que ainda mantenham a visão tradicional do casamento, mostra-se acertado afirmar que são um grupo cada vez mais diminuto (Torres, 1996).

Relvas & Alarcão (2002) observaram um acentuado crescimento no que refere a novas práticas de formação do casal e de constituição de família. Se no passado o casamento figurava um ato de "ascensão" de um estado de juventude na família de origem para o início da vida adulta, atualmente, os jovens adultos atravessam esta fase de forma mais gradual e contínua. Para os autores, *"a vida a dois começa, muitas vezes, desde os primeiros encontros que fixam, desde logo, um quadro de mudanças. É, muitas vezes, a regularidade das relações sexuais que leva à coabitação "*

Williams et al. (2006) referem algumas razões para a propagação da união de facto, assumindo-se como fatores principais: a "Tolerância Social", já que noutros tempos (alguns anos atrás) eram apenas moralmente aceites as relações sexuais dentro do casamento. Hoje em dia, os valores morais mudaram, e muitas pessoas olham para as relações sexuais entre um casal, quer estejam casados ou não, de forma permissiva; a "Igualdade de género", já que atualmente a grande maioria das mulheres trabalham e são economicamente independentes, não precisando de depender de um casamento ou de um marido como suporte financeiro e por fim, a "Impermanência do casamento" em que as elevadas taxas de divórcio fazem com que o mesmo seja uma alternativa possível, já que com o seu número crescente fê-lo tornar-se mais aceite socialmente.

Christopher Prinz (1995) considera que estabelecer diferenciações entre uniões informais e o casamento é algo que se tende a desvanecer, não querendo com isto dizer que a coabitação se esteja a tornar semelhante ao casamento, mas sim porque o casamento assume cada vez mais características da coabitação devido à crescente autonomia dos membros do casal (individualização, independência e negociação das interações conjugais em detrimento de regras, papeis e responsabilidades fixadas *a priori*).

Neste sentido, quer os parceiros casados quer os que vivem em união de facto aparentam uma visão idêntica da conceção de casal. O estilo de vida é semelhante, no entanto, perante situações em que apenas um dos cônjuges se encontre focado na prospeção profissional, por exemplo, torna-se possível obter um entendimento, respeito e apoio maior por parte do respetivo companheiro, deixando de ser à partida um motivo causador de conflitos. Nos dias de hoje, as relações são mais solidárias e harmoniosas, o que leva a que as diferenças mais salientes entre ambos os estados civis são a recusa da *"responsabilidade"* e o *"peso"* que muitas vezes era atribuído antigamente à ideia de casamento (Relvas & Alarcão, 2002).

Cada vez um maior número de casais a viver em União de Facto assume acreditar que esta união, ao ser mais livre de responsabilidades, tem maior propensão a conduzir a uma maior

perspicácia na escolha de um parceiro ideal para o futuro, sempre na procura da relação ideal. Neste sentido, estudos têm vindo a comprovar que casais que não coabitaram, comparativamente com casais que viveram em união de facto antes do casamento, sofrem uma taxa significativamente mais elevada de separação, culminando em divórcio (Cohan & Kleinbaum, 2002).

Capitulo II – A Satisfação Conjugal

1. A Satisfação Conjugal

No presente estudo, no que se refere à temática Conjugalidade, considerou-se mais especificamente o indicador Satisfação Conjugal.

Diversos estudos têm demonstrado um interesse relevante naquilo que é a área de estudo da Satisfação Conjugal (Bradbury, Finchan, & Beach, 2000).

Os conceitos de Satisfação Conjugal e Qualidade Conjugal são por variadas vezes encontrados na literatura, onde erradamente são muitas das vezes assumidos como sinónimos. Deste modo surge a necessidade pertinente de se proceder a um esclarecimento das diferenças entre ambos. Para Thompson (1988, cit. por Narciso, 1994), a satisfação apenas se torna possível de medir através de uma avaliação pessoal e subjetiva que cada um dos parceiros do casal faz da sua própria relação; por outro lado, a qualidade refere-se ao desempenho de ambos os parceiros na relação, podendo esta ser avaliada com base em critérios estipulados a priori pelo investigador, procedentes dos resultados de investigações prévias.

Na sequência do anteriormente referido, importa ainda esclarecer conceitos como: felicidade, sucesso conjugal, funcionalidade e emocionalidade conjugal. Segundo Narciso (2001), a felicidade abrange sentimentos que advêm de processos relacionais vividos ao longo da história em comum, enquanto que, para a mesma autora, o sucesso conjugal engloba a duração do casamento, a qualidade da relação vivida e a satisfação sentida por ambas as partes. Uma relação estável, de qualidade e capaz de preencher cada um dos parceiros, é então considerada uma relação bem-sucedida. Relativamente aos dois conceitos restantes, a funcionalidade conjugal remete para casais que conseguem concordar entre si, resolver eficazmente conflitos e que gerem de forma eficaz tarefas as domésticas, aspetos financeiros e estratégias parentais. Por outro lado, o conceito Emocionalidade Conjugal refere a casais que sentem uma forte ligação e expressão emocional e afetiva mesmo que a funcionalidade na relação muitas vezes falhe ou não seja gerida da forma mais desejável (Hendrick e Hendrick, 1997).

Narciso e Costa (1996) defendem a satisfação conjugal como uma conceção essencialmente multidimensional, dividindo-se em duas dimensões distintas: a dimensão amor e funcionalidade conjugal. A primeira dimensão refere a sentimentos que ambas as

partes nutrem mutuamente, tendo em conta fatores como a paixão, intimidade e investimento/compromisso. A dimensão Funcionalidade Conjugal refere ao modo de organização e regulação perante aspetos no sistema conjugal e/ou familiar e extrafamiliar (ibidem). Neste sentido, para cada uma das duas dimensões correspondem 5 áreas da vida conjugal. Na dimensão Amor correspondem: 1) sentimentos e expressão de sentimentos, 2) sexualidade, 3) intimidade emocional, 4) continuidade da relação, 5) características físicas e psicológicas; na dimensão Funcionalidade Conjugal correspondem: 1) funções económicas, 2) tempos livres, 3) autonomia/privacidade, 4) comunicação e conflitos, 5) relações extrafamiliares. Com o intuito de se conseguir medir o grau de Satisfação Conjugal entre individuos, depois de estabelecidas as dimensões anteriormente referidas e respetivas áreas da vida conjugal, divisão de conceitos originou a Escala de Avaliação da Satisfação em Áreas da Vida Conjugal (EASAVIC).

Deste modo, o conceito Satisfação Conjugal surge como uma apreciação sumativa da relação conjugal (Hendrick & Hendrick (1997). Um estilo de vida a dois que implica um processo de dar e receber mútuo e sincero (Norgren et al, 2004), emergindo da harmonia entre as espectativas e aspirações que os indivíduos têm comparativamente com a realidade vivida na relação (Campbell, Converse & Rogers, 1976 *ct in* Norgren *et al.*, 2004)

Mais recentemente, Narciso & Ribeiro (2009) consideram que a satisfação conjugal requer uma avaliação pessoal do relacionamento, uma análise do ponto de vista de cada um dos cônjuges. Neste sentido, para as autoras, a satisfação numa relação mostra-se fundamental para o bem-estar, já que reflete uma avaliação positiva do parceiro(a) e da relação em questão.

Para Karpel (1994), para se conseguir alcançar um relacionamento satisfatório, este deve ser vivido com base em sentimentos de paixão, compreensão, alegria e proximidade. Uma processo paralelo entre o apego e a independência, passando pela aceitação e delimitação de algumas deceções e limitações relativas a cada uma das partes. Trata-se de um reconhecimento de que nenhum dos dois tem o poder de preencher todas as necessidades do outro e, principalmente, de que nenhum relacionamento é perfeito.

Concluindo, a Satisfação Conjugal segundo Gottman (1998) remete para o nível de satisfação que o casal sente ao longo do tempo de vida partilhada. No entanto, não se pode pôr de parte a questão da insatisfação na relação, já que a existência de satisfação a longo prazo não impede uma anulação completa de períodos ou momentos do sentimento

oposto. Neste sentido, uma das funções desta adversa situação na vida do casal é a criação de limites com o intuito de proteger o casal da intromissão de terceiros. Ou seja, o casal estabelece um suporte para lidar com o stress intra e extra familiar, proporcionando-lhes satisfação nas suas necessidades psicológicas (Sousa, 2006).

2. O Modelo da Satisfação Conjugal

O "Modelo de Satisfação Conjugal" de Narciso (2001) é o estudo mais recente, feito em Portugal, nesta área de investigação.

Apresentando um conhecimento sistémico complexo do conceito de conjugalidade, este modelo procura atualizar e completar diversos conceitos fundamentais, de modo a que haja uma melhor compreensão dos processos inerentes à satisfação conjugal.

O presente modelo refere que devemos considerar três tipos de fatores influentes nos níveis de satisfação conjugal, conforme refere a autora, a satisfação surge influenciada por: os Fatores Centrípetos, os Fatores Centrífugos e o Fator Tempo.

Os Fatores Centrípetos são responsáveis pela relação e por ela diretamente gerados. Aglomeram em si processos operativos ou comportamentais, que refletem o funcionamento conjugal, incluindo a comunicação, os conflitos e o controlo da relação. Dos Processos Cognitivos fazem parte os pressupostos e padrões, as perceções, as atribuições e as expectativas, que influenciam a relação e por ela são influenciados. Os Processos Afetivos tal como o nome indica remetem para sentimentos de amor, para a intimidade entre o casal e o compromisso assumido por ambos.

Seguidamente, um segundo tipo de fator influente, os Fatores Centrífugos que surgem como os mais periféricos à relação. Abrangem Fatores Contextuais tais como a família de origem, a rede social em que os membros do casal estão inseridos, o contexto profissional, as características demográficas contextuais e, não menos importantes, os fatores pessoais que incluem, por exemplo, os padrões de vinculação, características da personalidade e aspetos demográficos individuais.

Por último, o Fator Tempo ou Percurso de Vida Conjugal, onde é aqui referenciado o tempo de namoro, tempo de casamento, etapas vistas como normativas ao longo do ciclo de vida e situações ditas não normativas (Narciso, 2001; Narciso et al, 2002).

Em suma, a avaliação de todos estes fatores permite, segundo a autora, o acesso aos níveis conducentes do que se considera como satisfação conjugal global.

3. Proximidade e Intimidade: Conceitos Essenciais da Conjugalidade

Narciso (2001) definiu intimidade como um conjunto de sistemas afetivos, cognitivos e comportamentais, envolvidos entre si e dinâmicos que se traduzem em alguns aspetos da vida quotidiana do casal tais como: partilha, auto-revelação, apoio, confiança, mutualidade, interdependência e sexualidade. A autora afirma que é neste dia-a-dia que o casal tem a oportunidade de se conhecer realmente, de se apoiar e de se "reconstruir" um no outro no sentido de se conseguir tornar "inter(in)dependente" (uma relação com base num misto de sentimentos de autonomia e pertença, entre o "eu", o "tu" e o "nós"). Desta forma e recorrendo ao conceito de holon introduzido por Minuchin (1981; in Narciso, 2002) a intimidade deve ser vista como uma parte (on) essencial ao todo (holos) que é a conjugalidade.

Neste sentido e tendo em conta os aspetos anteriormente referidos ,bem como o facto de o ser humano ser um ser social, o "Modelo de Inclusão do Outro no Self" de Aron e Aron (1986) veio defender que, nas relações de proximidade, as pessoas exteriores à relação, acabam por se tornar numa parte integrante do self. Já que o Homem precisa de viver sob relações interpessoais e que umas das suas principais motivações é conseguir expandir *o seu self,* essa expansão só ocorre pelo processo de inclusão de partes dos recursos de cada um dos sujeitos que nos é próximo. É este processo, esta troca e partilha em que surge a vontade/necessidade básica do ser humano em iniciar e manter uma relação de proximidade e intimidade com alguém, até porque estas relações são por norma satisfatórias (Aron et al, 2004).

Deste modo, tendo em conta que o homem para além de um ser social é também um ser emocional, faz todo o sentido pensar que para que a intimidade ocorra é antes necessário que haja uma proximidade entre sujeitos. *"A proximidade é a experiência de contacto com o outro, experiência caracterizada pelas qualidades de "estar junto com" e "ser parte" dessa outra pessoa. Em contraste, a intimidade é o processo de se conhecer a si próprio na presença do outro"* (Snarch, 1991; in Crespo, 2007). Neste sentido e tendo como base o relacionamento do casal, a proximidade mostra-se tão essencial quanto a intimidade, sendo apenas não tão rica coma a primeira.

De uma forma mais simplificada, pode-se dizer que a proximidade refere-se ao que o casal define por "nós", enquanto que por ser mais abrangente, a intimidade implica o eu, o tu e o nós (Crespo, 2007).

Cada individuo retém em si um leque de recursos próprios, tais como bens materiais, conhecimentos e bens sociais; deste modo, quando estabelece relações com outras pessoas há uma tendência para que haja uma partilha de recursos em que o outro vai adquirir como seus, aproximando as pessoas nas suas relações, tornando-as mais estreitas, coerentes e sustentáveis (Aron, Mashek & Aron, 2003).

De um ponto de vista motivacional, a inclusão do outro no self tem o benefício da partilha de recursos, no entanto a perspetiva singular e a identidade própria acabam por sofrer mazelas que são na maioria das vezes inconscientes. Ocorre então uma reestruturação cognitiva em ambos os sujeitos do casal, já que cada um está motivado para incluir o outro no self alcançando os seus recursos; assim que seja estabelecida, a relação permite que cada um disponibilize os seus recursos para o outro; tal troca origina então uma reorganização cognitiva que inclua no self os recursos anteriormente ampliados do outro; isto leva cada um dos sujeitos a tomar uma posição face às perspetivas e identidades do outro; ocorrendo um processo de crescimento mútuo que fortalece a dinâmica (consciente ou inconsciente) (Aron et al, 2004).

Contudo, é de salientar que a proximidade ao outro em excesso pode também originar desconforto. As pessoas que têm tanta proximidade do parceiro quanto a que desejam, apresentam níveis elevados de satisfação conjugal. No entanto, quando o parceiro está mais próximo do que aquilo que o outro desejaria, surge um desconforto e mal-estar na relação, afetando a qualidade conjugal, já que quando o outro é incluído de uma forma mais forte no self, o seu controlo pessoal e identidade estão ameaçados (Aron et al, 2004).

4. Variáveis preditoras de Satisfação e Insatisfação

Diversos autores têm mostrado um particular interesse na investigação de variáveis preditoras da satisfação conjugal, deste modo e recorrendo a alguns estudos realizados na área, vai-se de seguida tentar percecionar quais as variáveis mais importantes e foco de maior atenção por parte de autores ao longo dos últimos anos.

A questão da diferenciação de géneros é talvez a mais questionada nesta temática. Tentar percecionar qual dos géneros apresenta maiores ou menores níveis de satisfação conjugal tem

sido uma das preocupações de vários autores. No entanto, não se tem conseguido chegar a um consenso entre autores. Para alguns, como Argyle (1987; cit in Easterlin, 2002) são poucas as diferenças relativas à diferenciação de sexos no que refere aos níveis de satisfação conjugal no seu todo, bem como para Lind (2008) que num estudo entre casais monoculturais e biculturais também não obteve diferenciação por géneros. No entanto, para Levenson, Carstensen e Gottman (1993) os homens apresentaram-se mais satisfeitos com as suas relações conjugais quando comparados com mulheres. Fleck & Wagner (2003) tentaram procurar uma explicação para esta conclusão e concluíram que as mulheres, ao passarem por modificações corporais originadas pela maternidade e a responsabilidade do cuidado na gestão do lar, acabam por apresentar sentimentos de frustração, originando então os inferiores níveis de satisfação conjugal.

As habilitações literárias de cada um dos sujeitos do casal surgem como variável preditora de satisfação conjugal, no entanto, não se tem verificado um entendimento entre autores. Se para Heaton (2002), o nível de escolaridade, mais concretamente o nível de ensino superior afeta significativamente a relação, para Alder (2010) não é assim, já que concluiu que a mesma variável não parece estar relacionada com a satisfação conjugal.

As habilidades sociais, os estilos de comunicação bem como a capacidade direcionada para a resolução de problemas surgem como pontos fundamentais na identificação de comportamentos positivos influenciadores da qualidade da relação (e.g., Gottman, 1998). Kurdek (2005) é outro dos autores que tem demonstrado interesse nesta área, defendendo que os primeiros níveis da satisfação conjugal em casais recém-casados são um preditor significativo de ocorrência ou não de um futuro divórcio no casal.

Seguidamente, os casais que já experienciaram a paternidade relatam menor satisfação conjugal comparativamente com casais que ainda não passaram por esse marco, sendo neste caso, o número de filhos na família inversamente proporcional aos níveis de satisfação conjugal nos progenitores. Foi então verificado que os níveis de satisfação diminuem devido a conflitos de papéis e restrição de liberdade (Twenge, Campbell & Foster, 2003), voltando a aumentar depois dos 6 meses de vida do bebé (Anderson, Russel & Schumm, 1983, cit in Feeney, Moller & Ward (1997).

Segundo Wilcox e Wolfinger (2008) um outro fator que parece ter uma influência significativa na qualidade conjugal é a ligação a uma prática religiosa na medida em que esta participação conduz as relações amorosas através de comportamentos positivos. A religião incita valores relacionais, normas e apoio social que vão exercer um indigitamento ao

investimento na relação e onde, por outro lado, desencoraja os comportamentos negativos que são tóxicos para a relação tais como a violência doméstica, a infidelidade, etc. Vários estudos, nomeadamente os de Wolfinger & Wilcox (2008) apontam para benefícios resultantes do envolvimento religioso, notando-se níveis mais fortes para os homens do que para as mulheres.

Um outro dos agentes mais importantes na conservação de uma relação amorosa dita saudável surge como a capacidade de perdoar (Fincham, 2009). Um estudo da autoria de Schumann (2012) referente a associações entre a satisfação na relação, a sinceridade do pedido de desculpas e o perdão, constatou que o ato de pedir desculpas ao parceiro simboliza o real significado de perdão apenas para indivíduos muito satisfeitos com os seus relacionamentos. Neste ponto, a satisfação conjugal foi positivamente correlacionada com a franqueza das desculpas, em que os resultados sugerem que os sujeitos satisfeitos, comparativamente aos menos satisfeitos, têm capacidade de ser mais tolerantes com o pedido de desculpas, já que o consideram uma expressão honesta de arrependimento.

As conjugalidades consideradas satisfeitas são caracterizadas essencialmente por casais em que as condutas, os pensamentos e os sentimentos positivos têm a capacidade de prevalecer sobre os negativos, mesmo perante situações de conflito. Neste caso, é de grande importância, a capacidade de resolução de conflitos e em ultrapassar esses mesmos momentos conflituosos perante esforços eficazes de reconciliação e de gestão de problemas ainda por resolver (Gottman e Silver, 2001).

O equilíbrio emocional do casal afeta a qualidade do relacionamento e a consequente satisfação com o mesmo (Erickson, 1993; cit in Minnotte et al.,2010). Deste modo, a instabilidade ou insegurança emocional de um dos cônjuges surge como indicador da insatisfação conjugal (Buss, 1991; Karney & Bradbury, 1995; cit in Shackelford & Buss, 2000).

No entanto, nenhum casamento ou relação é igual mas todos os relacionamentos satisfatórios têm um conjunto de características em comum; surge então a Teoria dos Sete Princípios de Gottman & Silver (2001): O primeiro princípio refere-se à ampliação dos Mapas de Amor, ou seja, conhecer e manter-se atualizado acerca dos gostos, sonhos, alegrias, objetivos e preferências do parceiro. O segundo princípio refere-se à capacidade ou disposição que ambos os membros do casal demonstram para alimentar a ternura e admiração que têm um para com o outro. O terceiro princípio chama a atenção para a importância de que o casal "se vire um para o outro em vez de virarem as costas". Remete para um envolvimento

emocional e intimo. O quarto princípio remete para a importância de que o casal se deixe influenciar um pelo outro. O quinto princípio refere à resolução de problemas que têm uma solução possível. O sexto princípio refere-se á capacidade mútua de ultrapassar momentos de impasse e em não ficarem retidos em situações consideradas negativas ou nocivas para a relação. Por fim, o sétimo princípio relembra a importância de que o casal construa um significado partilhado, tal como rituais familiares e tradições que o casal adota, as metas e objetivos de vida a atingir em conjunto. Segundo os autores, usualmente o que tende a acontecer é que os casais infelizes falham em pelo menos um destes sete princípios.

Por outro lado, Gomes (2011) defende que a presença de determinadas condições e/ou situações ao longo da vida dos sujeitos podem apresentar-se como indicadores de risco naquilo que é a satisfação da relação e o sucesso da mesma. Deste modo, esses fatores podem ser as próprias características identitárias e história de vida passada da pessoa; tais como a idade, a vivência de violência na família de origem, um historial de doença psiquiátrica, a eventual experiência passada de divórcio e até mesmo a crença numa determinada religião.

Capitulo III – A Personalidade na Relação Conjugal

1. A Personalidade

A Personalidade teve origem enquanto conceito na palavra grega *persona*, utilizada na época da Antiguidade Clássica, destinando-se a diferenciar as máscaras utilizadas no teatro, com o intuito de revelar as diversas emoções encenadas pelos artistas (Elias, 2010).

Eysenck (1976) estabeleceu como definição para personalidade *"a organização mais ou menos estável e persistente do carácter, temperamento, intelecto e físico do indivíduo, que permite o seu ajustamento único ao meio"*

Buchanan e Huczynski (1997), citado por Lima e Simões (2000), definem personalidade como *"as qualidades psicológicas que influenciam os padrões comportamentais, típicos de um indivíduo, de uma forma distintiva e consistente, através de diferentes situações e ao longo do tempo".*

No entanto, devido ao difícil consenso acerca desta definição, Magnusson e Torestad (1993) consideram que não é possível estabelecer uma definição de personalidade. Defendem que existe sim um organismo vivo, ativo e intencional que funciona e se desenvolve como um ser total e integral.

A personalidade surge então como um conceito assente em variadas conceptualizações sendo, desse modo, complexo e resultantemente difícil de se definir. No entanto, o constructo é diversas vezes encarado como um conjunto de tendências de conduta que dão consistência aos indivíduos relativamente aos seus atos, reações e estilos cognitivos, permitindo a individualidade dos sujeitos (Guedes, 2012).

Para Singer (1986), o conceito é encarado como uma especificidade que cada sujeito tem para que se consiga expressar e reagir a determinado estímulo. Construída ao longo da vida, tem uma base genética assentando também nas suas vivências passadas, experimentadas principalmente na infância. Deste modo, a personalidade surge como um atributo singular do individuo, ou como o expoente máximo da representação daquilo que é a sua individualidade (Leontiev, 1978).

Este atributo, exclusivo dos seres humanos, nasce com o individuo devido à sua inata bese genética, fornecendo ao recém-nascido um conjunto de faculdades que vão propiciar a formação da sua personalidade ao longo da sua vida. Deste modo, perante o momento do nascimento, o recém-nascido surge com diversas aptidões: a inteligência, o porte físico e

temperamento e ainda outros aspetos hereditários. Neste sentido, o temperamento surge como uma sensibilidade emocional própria, onde se inclui a predisposição para a estimulação, a fluidez de resposta, a sua capacidade de disposição e intensidade de disposição (Allport, 1966).

Por sua vez, Ribeiro (1999) argumenta que uma teoria deve ser suportada tendo em conta fatores inatos (hereditariedade, temperamento, carácter, entre outros) e fatores adquiridos (ambientais e sociais), não se limitando a conceber a personalidade como um mero produto de componentes biológicos ou sociais, não excluindo o que tem de mais fundamental: a sua capacidade de autodomínio.

Segundo Lima & Simões (2000), as características da personalidade podem ter efetivamente alguma base genética. Com um forte índice de hereditariedade, pensa-se que os traços de personalidade começam por desenvolverem-se ainda na infância, alcançando maturidade apenas na idade adulta e tornando-se estáveis apenas pelos trinta anos de idade.

McAdams (1996) sugere que a descrição da personalidade deve ser feita com base em três níveis, tais como os traços de personalidade, um conjunto de constructos motivacionais e a história de vida internalizada.

Deste modo, Bouchard e Loehlin (2001) consideram três modelos relativos na tentativa de organização dos traços de personalidade. Nos três distintos modelos, são notadas fortes diferenças conceptuais mas também importantes pontos de concordância.

Neste sentido, surge o "Modelo dos Três Traços Globais" de Eysenck e Eysenck (1985) trabalhado através da EPQ-R tendo como base de trabalho os traços: Extroversão, Neuroticismo e Psicoticismo. Posteriormente, surgiu o "Modelo dos Cinco Factores" de Costa & McCrae (1985) que através do NEO-PI trabalha as dimensões: Extroversão (E), Neuroticismo (N), a Amabilidade (A), a Conscienciosidade (C) e a Abertura à Experiência (O). Em último lugar "O Modelo dos Três Factores" de Tellengen (1985) remete para dimensões como a Emocionalidade Positiva, o Constrangimento e a Emocionalidade Negativa, onde são trabalhados pelo MPQ. Como é de notar, estes três modelos têm pontos em comum, os quais não podem ser ignorados. Wiggins (1968) *cit in* Costa & McCrae (1992) observaram as similaridades entre modelos e apontam o Neuroticismo e a Extroversão como os dois grandes fatores comuns, mencionando-os como os "Big Two".

Pelo motivo de o modelo teórico utilizado para a análise dos traços de personalidade no decorrer desta investigação ter sido o modelo dos cinco fatores, faz todo o sentido abordar um

pouco mais especificamente o mesmo. Deste modo o tópico seguinte refere-se a uma reflexão teórica acerca do modelo da autoria de McCrae.

2. O Modelo dos Cinco Fatores

O modelo dos cinco grandes fatores mostra-se o mais abrangente e conciso de todos os modelos que se propõem a estudar a personalidade, já que tem a sua base teórica remete para que os traços de origem biológica interagem com o meio ambiente envolvente (social) com o intuito de orientar o comportamento humano (McCrae, 2006).

O modelo dos cinco fatores surge como um todo organizado de forma a abranger a estrutura dos traços da personalidade. Segundo McCrae e Costa (1995; 1996), é correto considerar a estrutura da personalidade como um *"padrão de covariação dos traços numa população"* (citado por Lima & Simões, 2000).

Goldberg, 1993 (citado por Cunha et.al., 2005), afirma que o presente modelo não pretende de nenhum modo limitar a personalidade a um simples leque de traços, mas sim facultar um quadro científico válido, capaz de organizar as diferenças individuais que caracterizam o ser humano.

Com base no conjunto de estudos fundamentados pelo Modelo dos Cinco Fatores, e através do desenvolvimento do Inventário de Personalidade NEO, foi desenvolvida a "Teoria dos Cinco Fatores" (McCrae & Costa, 2006) que consiste numa teoria geral dos traços em que se garante a análise exploratória da taxonomia do Big Five (John, Naumann & Soto, 2008).

Neste sentido, as dimensões da personalidade Big Five são: 1) a extroversão como a capacidade de socializar e de ser assertivo (Tupes e Christal, 1992); 2) a amabilidade como uma tendência a ser socialmente agradável, capacidade que torna o sujeito merecedor de confiança, o ser cooperante com terceiros ou no seu oposto referindo à hostilidade, indiferença aos outros, egoísmo e inveja (Digman,1990); 3) a conscienciosidade, um fator que remete para a responsabilidade, honestidade, ou no seu inverso, ligado à negligência e irresponsabilidade (Smith, 1967); 4) o neuroticismo, que segundo Costa e McCrae (1987) surge como «uma ampla dimensão de diferenças individuais tendendo a experienciar emoções desagradáveis e aflitivas, possuindo ao mesmo tempo traços cognitivos e comportamentais»; e por fim o último fator: 5) abertura à experiência, conceito que remete para um conjunto de comportamentos exploratórios e em que é dada uma grande importância à vivência de novas experiências e interesses culturais (Nunes e Hutz, 2000). É com base nestes cinco fatores

sugeridos para constituintes da personalidade, o indivíduo será avaliado com base no grau que exibe em cada um dos mesmos (Schaick et.al., 2007).

Cada um dos cinco traços da personalidade subdividem-se em seis novas facetas relacionadas entre si, podendo ser definidas como facetas primárias do traço em questão (García, 2006). Estas facetas têm a importante função de representar o mais corretamente possível a amplitude e o alcance de cada fator (McCrae, 2006), fornecendo assim informações mais ricas que não se encontram refletidas no traço temperamental por si só (García,2006), ver Quadro 1.

Quadro 1 – Fatores e Facetas Associadas

Fator	Facetas Associadas
Extroversão	Acolhimento, gregarismo, assertividade, atividade, busca de sensações, emoções positivas.
Neuroticismo	Ansiedade, hostilidade, depressão, autoconsciência, impulsividade, vulnerabilidade.
Amabilidade	Confiança, fraqueza, altruísmo, aquiescência, modéstia, sensibilidade.
Conscienciosidade	Competência, ordem, senso de dever, direcionamento, autodisciplina, deliberação.
Abertura à Experiência	Fantasia, estética, sentimentos, ações, ideias, valores.

(Souza e Nunes, 2010)

Benet-Martinez e John (1998) *cit* Cunha, *et al.,* (2005), testemunham que os cinco fatores têm a vantagem de conseguirem descrever a personalidade de qualquer individuo, independentemente do sexo, idade, formação académica, cultura ou nacionalidade. Cada um dos fatores é encarado como um contínuo no qual o sujeito é avaliado, tendo em conta a sua maior ou menor pontuação, num determinado traço. Deste modo, um dos mais válidos motivos justificativos do forte predomínio do modelo é a sua replicabilidade (García, 2006). Nunes, Hutz e Nunes (2010), coadunam-se aos anteriores autores já que afirmam que este modelo tem sido extensamente utilizado por possibilitar uma análise da personalidade mais simplificada e rápida no que respeita à sua execução e cotação, ao contrário de outros modelos fatoriais da personalidade que são mais densos e complexos.

3. A Influência da Personalidade na Satisfação Conjugal

No que respeita à relação entre a satisfação conjugal e a personalidade, alguns estudos foram realizados nos últimos anos, por diversos autores em vários países.

Tendo em conta que a personalidade é a responsável pela individualidade de cada sujeito, faz todo o sentido explorar quais as dimensões da personalidade que influenciam a satisfação de cada sujeito no seu relacionamento. Com este propósito, o modelo dos cinco fatores tem sido utilizado na descrição das interações de personalidade de cada um dos sujeitos inseridos num relacionamento conjugal (Buss, 1989,1991). Aplicado ao estudo das relações conjugais, este modelo tem examinado as personalidades de ambos os cônjuges tendo em vista a satisfação conjugal ou outros resultados na temática da conjugalidade em vez de apenas se empenhar em apurar semelhanças e diferenças de personalidades no casal (Karney & Bradbury, 1995).

Segundo algumas conclusões retiradas de estudos focados na presente temática, baixos níveis de conscienciosidade, bem como baixos níveis de amabilidade e de abertura à experiência proporcionam a origem de insatisfação em pelo menos um dos parceiros (Bentler & Newcomb, 1978; Buss, 1991). Homens e mulheres que se encontrem numa relação conjugal com um sujeito como o anteriormente referido, queixam-se de que o(a) parceiro(a) é incondescendente, invejoso(a), possessivo(a), dependente, negligente, instável, infiel, tende a ter ideias sexuais com outros, tende a abusar de álcool, desligado de emoções e centro em si mesmo (Shackelford & Buss, 2000).

As dimensões amabilidade e abertura à experiência merecem especial atenção já que estão fortemente correlacionadas com relações conjugais fortes e bem-sucedidas (Donnellan, Conger e Bryant; 2004).

Whisman, Uebelacker, Tolejko, Chatav e McKelvie (2006) procuraram investigar a discórdia nas relações conjugais através de medidas de bem-estar e de avaliação da personalidade. Obtiveram resultados que demonstram que maiores níveis de discórdia conjugal estão associados a níveis superiores de depressão e ansiedade independentes de qualquer das restantes dimensões de personalidade, e também que maiores níveis de discórdia conjugal tendem a estar associadas a níveis inferiores da dimensão amabilidade e a níveis superiores da dimensão neuroticismo. Perceberam ainda que menores níveis de discórdia conjugal estão associados a maiores níveis de satisfação com a vida e auto-estima. Apesar de todos estes resultados, estes autores não encaram a discórdia conjugal como resultado de personalidades similares.

Shiota e Levenson (2007) desenvolveram também um estudo de análise dos efeitos de personalidades similares entre casais de meia idade (entre os 40 e 50 anos de idade) e casais de idosos (entre os 60 e 70 anos de idade). Finalizado o estudo longitudinal, os autores

conseguiram concluir que não existem relações significativas entre a satisfação conjugal e personalidades ditas similares. Também Karney & Bradbury (1995) se interessaram pela questão da compatibilidade entre personalidades similares; no entanto, não observaram associações significativas entre traços de personalidade e satisfação conjugal.

Alguns estudos têm apontado relações significativas entre a qualidade das relações românticas e a sua funcionalidade com resultados acerca dos traços de personalidade baseados no modelo dos cinco fatores de personalidade (Goldberg, 1993; in Letzring & Noftle, 2010).

A descoberta mais consistente é de que a verificação de altos níveis na dimensão neuroticismo ou por sua vez, a ocorrência de situações emocionais negativas vividas pelo casal traduzem-se como elementos tóxicos para a relação (Barelds, 2005; Kareny & Bradbury, 1995; Shiota & Levenson, 2007). Neste sentido, o neuroticismo surge, em vários estudos realizados por distintos autores, negativamente associado à satisfação conjugal (Bouchard, Lussier, & Sabourin, 1999; Caughlin, Huston, & Houts, 2000; Kelly & Conley, 1987). Resultado que se confirmou segundo outros autores que encontraram evidências que sugerem que altos níveis de neuroticismo se associam a níveis mais baixos de satisfação marital (Botwin et al., 1997; Caughlin et al., 2000; Davila et al., 2003; Gattis et al., 2004; Hayes & Joseph, 2003; Kelly & Conley, 1987; Robinson et al., 2000, in Stroud et al., 2010).

Segundos os autores Seddighe e Aghile (2011), sujeitos em que se verifiquem elevados níveis nas dimensões de personalidade extroversão, abertura à experiência, conscienciosidade e amabilidade e que apresentem também baixos níveis de neuroticismo exibem baixos níveis de pensamentos sobre divórcio

A personalidade inclui traços estáveis e duradouros que se apresentam em diversas situações. Neste sentido, a avaliação global da personalidade tem demonstrado que as características de personalidade encontradas entre casais satisfeitos são distintas daquelas encontradas entre casais insatisfeitos (Amiri et al., 2011; Decuyper et al., 2012).

Alguns estudos levados a cabo por Torgersen (1995) demonstraram que alguns dos fatores básicos da personalidade, como o neuroticismo, a extroversão e a conscienciosidade, surgem como importantes influenciadores da satisfação conjugal. Reforçando estes resultados, surgem também outros estudos em que a dimensão extroversão surge associada positivamente com a satisfação conjugal (Barelds, 2005; Belsky & Hsieh, 1998); ainda, Watson e Humrichouse (2006) defendem que a abertura à experiencia, a amabilidade e a Conscienciosidade estão geralmente positivamente associadas com a satisfação conjugal.

Donnellan et al., (2004) concluiu que a abertura à experiencia, amabilidade e conscienciosidade das mulheres estão positivamente correlacionadas com níveis significativos de satisfação conjugal.

Capitulo IV – A Satisfação com a Vida na Satisfação Conjugal

1. Bem-Estar Subjetivo

O Bem-Estar Subjetivo (BES) surge como um campo de estudo que se propõem a conseguir compreender as avaliações que cada sujeito faz daquilo que é a sua vida. É um campo onde não se procura estudar estados psicológicos negativos ou patológicos sim diferenciar os níveis sentidos de bem-estar que cada indivíduo consegue alcançar no decurso da sua vida (Diener, Suh, Oishi, 1997; Diener & cols, 2003).

Em forma de balanço, estas avaliações devem ser cognitivas, baseando-se numa reflexão pessoal acerca da frequência com que surgiram, até à data, experiências de emoções positivas e negativas. Neste sentido, para se conseguir um nível de BES satisfatório, é essencial que o indivíduo consiga manter a sua satisfação em níveis elevados, bem como uma alta frequência de experiências emocionais positivas e baixos registos de experiências negativas (Diener & cols, 2003).

Os autores Diener e Lucas (2000) sugeriram que o BES enquanto conceito requer toda uma auto-avaliação, que apenas pode ser analisado e referido pelo próprio e não por indicadores externos seleccionados por terceiros.

Segundo os mesmos autores, para se obter o nível de BES, deve-se ter em consideração que cada um avalia singularmente a sua vida empregando concepções subjetivas que estão organizadas sob a forma de pensamentos e sentimentos acerca da sua existência e, no decurso desse processo, vai apoiar-se nas suas próprias expetativas, valores, emoções e experiências passadas.

Existe um consenso entre diversos autores (Diener & cols., 1997; Diener & cols., 1999; Diener & Lucas, 2000) de que o BES se constitui como um largo processo e deve ser considerado como uma área de importância no campo científico. Este processo engloba dois conceitos particulares: os julgamentos globais que cada indivíduo faz da sua satisfação com a vida, ou com domínios específicos que a constituem, e vivências emocionais positivas e negativas (Diener & cols., 1999).

Deste modo, o conceito de BES engloba duas perspectivas distintas em psicologia: uma que assenta em teorias incidentes em estados emocionais, tais como, emoções, afetos e sentimentos (afetos positivos e afetos negativos) e uma outra que se apoia em domínios cognitivos e se trabalha através de avaliações da satisfação, tanto relativa à vida em geral,

com aspectos específicos da vida. No entanto, devido à temática escolhida para este estudo, apenas se vai abordar a perspetiva referente à satisfação com a vida.

2. Satisfação com a Vida

A vida pode tomar diversas feições, podendo apresentar-se como um percurso satisfatório, com qualidade e bem-estar, essencialmente quando há no individuo a capacidade para enfrentar os desafios que vão surgindo. Este percurso de vida torna-se bastante mais fácil quando o sujeito pode contar com uma rede de suporte social (Freire, 2000).

Mais especificamente, tendo em conta o conceito de satisfação com a vida, o esclarecimento do seu significado, torna-se marcadamente difícil dado a falta de consenso entre autores. Shin e Johnson (1978), por exemplo, sugerem uma possível definição para este conceito como sendo a avaliação global da qualidade de vida de um dado indivíduo, tendo em conta um determinado critério definido pelo mesmo. À parte disto, há autores que defendem a satisfação com a vida como uma das partes constituintes da qualidade de vida (Veenhoven, 2000), enquanto que outros sugerem para o mesmo conceito, uma definição que remeta para uma resposta à qualidade de vida (Palys & Little, 1983).

Segundo os autores Diener, Emmons, Larsen e Griffin (1985) a satisfação com a vida é avaliada individualmente por cada pessoa tendo como base um leque de normas internas em que a pessoa mede a própria experiência de vida passada e atual.

A satisfação com a vida é surge como uma dimensão respeitante ao bem-estar subjectivo, refletindo a apreciação pessoal do indivíduo sobre domínios específicos da sua vida. Apresenta-se como um ponto crucial do bem-estar (capacidade de acomodação das perdas e de assimilação de informações positivas sobre o self) num sistema composto por variadas estruturas de conhecimento acerca de si próprio e ainda, de funções cognitivas que agregam ativamente essas estruturas ao longo dos tempos e ao longo da vida, nas mais diversas áreas do funcionamento pessoal (Neri, 2001).

3. A Influência da Satisfação com a Vida na Relação Conjugal

É assumido que em diversas culturas o casamento e a coabitação são impulsionadores de felicidade (Diener et al., 2000). Variados autores mencionam a existência de uma relação significativa entre a Satisfação Conjugal e o bem-estar físico e psicológico (Kaufman &

Taniguchi, 2006). Neste sentido, na sequência do presente tópico, vão ser apresentados alguns estudos que ao longo dos anos foram confirmando a ideia de que realmente a Satisfação com a Vida e a Satisfação conjugal estão em muitos campos ligadas.

As investigações nesta área concluem frequentemente que os sujeitos que vivem juntos (casados ou em coabitação) são mais satisfeitos com a sua vida, apresentando-se também mais felizes relativamente a sujeitos que não o fazem (Dine rand Diner, McGavran, 2008; Diener *et al.*, 1999; Diener *et al*., 2000; Gustavson *et al*., 2012; Inglehart, 1990; Lucas *et al.*, 2003).

O casamento está associado à proporção de bem-estar, observando-se valores de felicidade superiores em sujeitos casados, o que se traduz num indicador de maior satisfação com a vida bem como de maior bem-estar físico e psicológico. Reforçando esta ideia, Inglehart (1990) no seu estudo, obteve resultados que demonstram que pessoas que vivem numa relação conjugal (casamento ou coabitação) apresentam níveis superiores de satisfação com a vida do que pessoas solteiras, divorciadas ou viúvas. Como tal, o estar casado remete para um evidente menor número de depressões, doenças e até mortes (Kiecolt-Glaser & Newton, 2001). Também Gottman e Silver (2001) defendem que uma relação conjugal satisfatória propicia níveis de saúde elevados, fortalecendo o sistema imunitário. Para além dos benefícios mentais, os componentes de sucesso conjugal têm sido relacionados a variados índices de saúde e longevidade (Murray, 2000 in Litzinger & Gordon, 2005).

A satisfação conjugal é mais fortemente associada com a satisfação com a vida do que qualquer outro domínio da vida, tal como a satisfação com o emprego ou com a saúde (Heller et al., 2004). No seu estudo, Shek (1995) observou uma correlação positiva entre a satisfação conjugal e a satisfação com a vida. No ano seguinte, também Cummins (1996) observou que a satisfação com a vida surge como um resultado de vários domínios da vida, nomeadamente a satisfação conjugal.

Relativamente a diferenciações por géneros, Wood et al., (1989) concluiu que as vantagens originadas pelo casamento são ligeiramente superiores para as mulheres do que para os homens; em oposição, Kohler et al., (2005) apuraram resultados relativos ao casamento que evidenciam efeitos positivos mais acentuados nos homens do que nas mulheres. No entanto, vários estudos como os de Inglehart (1990); Kamp Dush, Amato (2005); Gustavson et al., (2012) não verificaram qualquer tipo de diferenciação por sexos.

Todos estes dados acima relatados, entendem-se como um conjunto de resultados acerca do forte valor que é dado ao casamento, que diversos autores creem funcionar como *"a*

porta para a felicidade", proporcionando amor, sexo e companhia (Lucas, 2008), carinho e suporte mútuo (Argyle, 1999; Waite and Gallagher, 2000), proteção e controlo social (Durkheim, 1951; Mastekaasa, 1994), uma vida mais saudável (Myers, 1999; Williams and Umberson, 2004; Williams et al.,2010), menos problemas ligados ao álcool (Simon, 2002), benefícios económicos (Andre & Brockel, 2007; Argyle, 1999; Jakobsson & Kotsadam, 2013) e mais respeito referente ao estatuto social (Waite &Gallaghrt, 2000).

Sujeitos que vivem numa relação conjugal detêm um maior suporte social, um maior controlo social, mais estímulos económicos, divisão de tarefas domésticas e um aumento de consumo partilhado (Becker, 1991; Waite & Gallager, 2000).

Foi também observado que casais que vivem numa situação de casamento ou coabitação apresentam maiores níveis de bem-estar subjetivo quando comparadas com pessoas que nunca foram casadas, que sejam divorciadas ou viúvas (Stutzer & Frey, 2005). Segundo Wilcox e Nock (2006), as pessoas que se encontram numa situação relacional de casamento apresentam ainda índices superiores de bem-estar físico e psicológico, quando comparados com pessoas solteiras, separadas ou divorciadas.

Graças aos seus estudos na área, Gottman e Silver (2001) verificaram que pessoas casadas vivem, aproximadamente, mais quatro anos do que pessoas que se encontram enquadradas num outro estado civil.

Deste modo, a satisfação conjugal apresenta também benefícios quer para a saúde física como mental de cada um dos parceiros da relação. Foi observado que sujeitos casados ou em união de facto apresentam poucos problemas de saúde, quando comparados com sujeitos separados ou divorciados que surgem apresentando maior número ou mais graves problemas de saúde, por outro lado, os sujeitos solteiros enontram-se numa situação mediana comparativamente com os dois outros grupos (Gove et al., 1983). Os sujeitos casados apresentam um menor nível de mortalidade e um bem-estar acentuado; apresentando também escassos níveis de complicações de saúde mental e ausência de depressão ou ansiedade (Silva, 2008).

O mais consistente preditor da insatisfação marital é a instabilidade emocional de um dos cônjuges (Buss, 1991; Karney & Bradbury, 1995). Segundo diversos autores, sujeitos casados apresentam-se como estando constantemente mais felizes e saudáveis, apresentando baixos níveis de stress e elevados níveis de bem-estar comparativamente com sujeitos solteiros (Centers for Disease Control ans Prevention, 2007; Burman & Margolin, 1992; Coombs, 1991; Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999; Kim & McKenry, 2002).

Porém, existem aspetos nocivos a ter em conta, já que a presença de conflitos na relação está, em contrapartida, relacionado com um nível de saúde menos saudável (Burman& Margolin, 1992; cit in Gomes, 2011).

Em contrapartida, os sujeitos solteiros usufruem também de algumas vantagens. Segundo alguns investigadores o facto de um sujeito ser solteiro oferece diversas vantagens, nomeadamente: mais liberdade, mais tempo para as amizades, maior crescimento pessoal e mais independência, menos discussões familiares e mais paz no ambiente doméstico (Argyle, 1999; Waite & Gallagher, 2000; Williams et al., 2010).

Concluindo, diversos estudos levados a cabo por variados autores interessados por esta problemática têm apontado para uma realidade em que a satisfação nas relações afetivas encontra-se associada ao nível de bem-estar subjetivo apresentado por ambos os sujeitos do casal, apontando também no sentido de que a qualidade de um relacionamento e a satisfação com o mesmo são influenciadores de sentimentos de felicidade ao longo da vida (Dush & Amato, 2005; cit in Demirtas & Tezer, 2012).

Capitulo V – Objetivos e Hipóteses em Estudo

1. Objetivos

Para melhor entender o funcionamento conjugal e em virtude da relevância desta temática, o objetivo principal desta dissertação consiste em verificar a associação existente entre a satisfação conjugal de indivíduos que vivam numa relação conjugal e fatores relativos a traços de personalidade e a níveis de satisfação com a vida.

Como objetivos específicos temos a compreensão das diferenças na satisfação conjugal em função de aspetos como o género e a existência ou não de filhos.

2. Hipóteses

Este estudo pretende testar as seguintes hipóteses:

H1: É esperado que os indivíduos do sexo feminino apresentem um menor nível de satisfação conjugal comparativamente com indivíduos do sexo masculino.

H2: É esperado que os indivíduos com filhos apresentem menores índices se satisfação conjugal quando comparados com indivíduos sem filhos.

H3: É esperado que a dimensão de personalidade Neuroticismo esteja negativamente associada ao nível de satisfação conjugal.

H4: É esperado que níveis favoráveis de satisfação conjugal se mostrem preditores de níveis favoráveis de satisfação com a vida.

Parte B – Estudo Empírico

1. Método

1.1.Seleção da Amostra

A presente investigação assume um desenho quantitativo, de tipo correlacional.

Como se pretende estudar a satisfação conjugal, mostra-se fundamental que os participantes vivam numa situação relacional de conjugalidade (casamento ou união de facto), deste modo faz todo o sentido englobar sujeitos adultos de ambos os sexos.

A estratégia de amostragem utilizada na presente investigação é não probabilística e de conveniência, já que a amostra é escolhida tendo em conta um conjunto de critérios pré estabelecidos pelo investigador, com base nos objectivos do estudo. Foi ainda utilizado o método denominado por "Bola de Neve" (Snowball) em que alguns dos participantes inicialmente escolhidos sugeriram outras pessoas com as mesmas características necessárias ao estudo para que se juntassem à amostra até atingir o tamanho de amostra requerido (Fortin, M. 1996).

2. Procedimento

Todos os questionários entregues foram acompanhados por uma folha inicial onde se contextualizava a importância da colaboração dos indivíduos para o estudo em relações conjugais, no sentido de serem um contributo quer ao nível preventivo como terapêutico.

O anonimato e confidencialidade das participações, toda a importância em responder a todo o protocolo e fazê-lo de forma individual foram mencionados, para além de que foram fornecidas instruções acerca de eventuais desistências, explicando ao sujeito que haveria a possibilidade de poder desistir quando quisesse, tal como uma nota informativa acerca da estimativa de tempo necessário ao preenchimento, finalmente é agradecida a participação do sujeito

Seguidamente surgia o Questionário Geral de Dados Sócio Demográficos e por fim um conjunto de questionários e escalas acerca da Satisfação Conjugal, Personalidade e Satisfação com a Vida.

Durante a administração, foi pedido a cada um dos participantes que lessem e respondessem a todas as questões de forma individual e o mais honestamente possível.

Apesar de todos os questionários e escalas apresentarem inicialmente uma nota

explicativa, foi sempre explicado que na possibilidade de surgirem dúvidas o investigador prestaria o devido auxilio sempre que necessário.

Terminado o processo, os questionários foram recolhidos e colocados num envelope.

3. Amostra

Tabela 1 - Caracterização da Amostra por Sexos - Estado Civil, Nacionalidade, Habilitações Literárias, Situação Profissional e Filhos.

	Masculino (n=50)		Feminino (n=50)		X^2	*p*
	N	%	N	%		
Estado Civil					,360[2]	,548
União de Facto	24	24%	27	27%		
Casados	26	26%	23	23%		
Nacionalidade						
Portuguesa	50	50%	50	50%		
Habilitações Literárias					*4,124*[2]	*,390*
3ºCiclo (7º ao 9ºano)	5	5%	8	8%		
Ensino Secundário (10º ao 12º ano)	15	15%	18	18%		
Frequência Universitária	4	4%	3	3%		
Licenciatura	14	14%	16	16%		
Mestrado/Doutoramento	12	12%	5	5%		
Situação Profissional					*12,315*[2]	*,015*
Empregado(a)	30	30%	44	44%		
Desempregado(a)	10	10%	5	5%		
Estudante	6	6%	0	0%		
Estudante-Trabalhador	3	3%	1	1%		
Reformado(a)	1	1%	0	0%		
Existência de Filhos					*4,006*[2]	*,045*
Sim	21	21%	31	31%		
Não	29	29%	19	19%		
	M	*DP*	*Min.*	*Máx.*		
Idade	33, 43	8,686	19	60		

Legenda: N – Frequência Absoluta; % - Frequência Relativa; M – Média; DP – Desvio Padrão; x^2- Valor do Chi-Square; p – Valor da significância.

4. Instrumentos

Os indivíduos participantes nesta investigação preencheram um conjunto de questionários. Deste modo, a todos foi pedido que preenchessem um Questionário sobre dados sócio-demográficos, a Escala de Avaliação da Satisfação em Áreas da Vida Conjugal (EASAVIC) de Isabel Narciso & Maria Emília Costa (1996), a versão portuguesa do NEO-FFI de Lima & Simões (2000) e a versão portuguesa da Escala de Satisfação com a Vida (Satisfaction With Life Scale - SWLS) de Simões (1992).

Questionário Sócio-Demográfico (Apêndice B)

Através deste questionário, por nós elaborado, pretendia-se obter diversos dados acerca dos participantes, nomeadamente relacionados ao sexo dos mesmos, idade, nacionalidade, estado civil, as respetivas habilitações literárias, situação profissional bem como a profissão do sujeito, a existência ou não de filhos bem como o número dos mesmos no caso de a resposta ser afirmativa. Relativamente à existência de filhos tentou-se aprofundar um pouco mais, a pessoa foi também questionada se estes eram de uma união/casamento anterior, da presente ou de ambas as relações.

Escala de Avaliação da Satisfação em Áreas da Vida Conjugal (Anexo 1)

A origem da presente escala tem como pressuposto que a satisfação conjugal resulta de uma avaliação subjetiva e pessoal do casamento. Deste modo, não deve ser avaliada a partir de critérios externos aos sujeitos. Desta forma, criou-se um instrumento de auto-avaliação da satisfação que permitisse ao investigador obter um indicador da satisfação experienciada nas várias áreas da vida conjugal.

A análise fatorial da escala revelou uma estrutura bifatorial, em que os 44 itens da escala se encontram estrategicamente organizados em duas dimensões: o funcionamento conjugal e o amor. Cada uma das duas dimensões baseia-se em cinco áreas da vida conjugal, sendo na dimensão "funcionamento conjugal" (FC) as funções familiares (FF) cujos itens correspondentes são: 1, 2, 3 e 4; os tempos livres (TL) em que os itens são: 5 e 6; a autonomia (AUT) correspondendo aos itens: 10 e 11; as relações extra-familiares (REF) correspondendo aos itens: 7, 8, 9, 12 e 13 e a comunicação e conflitos (CC) correspondendo aos itens: 14, 15, 16, 17 e 18; e na dimensão "amor" (AMO) os sentimentos e expressão de sentimentos (SES) corresponde aos itens: 19, 20, 21, 22, 33 e 34; sexualidade (SEX) que corresponde aos itens: 23, 24, 25, 26, 27 e 28; intimidade emocional (IE) com os itens: 29, 30, 31, 32, 35, 36 e 37; continuidade (C) com os itens 38, 39 e 40 e por fim, as características físicas e psicológicas (CFP) através dos itens 41, 42, 43 e 44.

Do total de 44 itens, 16 deles referem a uma perspetiva enquanto casal (itens: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 14, 15,16, 17, 18, 25, 28, 35 e 38), 14 dos itens referem a uma perspetiva do próprio

(itens: 9, 10, 12, 19, 21, 23, 26, 29, 31, 33, 36, 39, 41 e 43) e os restantes 14 referem a uma perspetiva acerca do outro (itens: 8, 11, 13, 20, 22, 24, 27, 30, 32, 34, 37, 40, 42 e 44).

Trata-se de uma escala de Likert em seis pontos: Nada Satisfeito (1), Pouco Satisfeito (2), Razoavelmente Satisfeito (3), Satisfeito (4), Muito Satisfeito (5) e Completamente Satisfeito (6); onde se pretende que, com base em cada um dos pontos, o sujeito avalie a sua satisfação.

Referentemente à área do Funcionamento Conjugal (FC), a dimensão Funções Familiares (FF) varia entre o nível 4 e 24, a dimensão Tempos Livres (TL) varia entre o nível 2 e 12, a Autonomia (AUT) varia entre o valor 2 e 12, as Relações Extrafamiliares (REF) variam entre o nível 5 e 30 e a dimensão Comunicação e Conflitos (CC) varia entre o nível 5 e 30. Na área denominada Amor (AMO), a dimensão Sentimentos e Expressão de Sentimentos (SES) varia entre o nível 6 e 36, a dimensão Sexualidade (SEX) varia entre o nível 6 e 36, a Intimidade Emocional (IE) varia entre o nível 7 e 42, a dimensão Continuidade (C) varia entre o nível 3 e 18 e as Características Físicas e Psicológicas (CFP) variam entre o nível 4 e 24. Neste sentido e respeitando à cotação da prova, quanto maiores forem os níveis em cada uma das dimensões maior será a identificação e satisfação do índividuo.

Segundo Narciso e Costa (1996) relativamente a uma abordagem psicométrica da prova, a análise fatorial da mesma revelou a existência de dois grandes fatores: o "Amor" e o "Funcionamento Conjugal". A correlação entre cada item e o fator que lhe é correspondente foi >.52, à exceção dos itens 6, 9, 14, 15 e 31 que se apresentaram como inferiores. As correlações entre as várias áreas e o resultado global apresentaram-se superiores a .60, em que as associações da dimensão "Amor" foram mais fortes do que as da dimensão "Funcionamento Conjugal". Neste sentido, foi obtida uma associação forte (r=.79) entre as dimensões amor e funcionamento do casal.

Relativamente a uma abordagem psicométrica, a mesma prova apresentou uma elevada consistência interna, valores de α *cronbach* superiores a .90, relativamente ao "Funcionamento Conjugal" obteve-se um α *cronbach* de *.90* e relativamente à dimensão "Amor" obteve-se um α *cronbach* de .97. Estatisticamente, estes valores são considerados muito consistentes.

Deste modo e segundo a autora (2001) talvez a grande vantagem desta escala esteja na particularidade da mesma permitir discriminar áreas de força ou fragilidade que será útil para a realização de um diagnóstico no que refere à prática clínica

As características psicométricas da escala na amostra em estudo foram igualmente, testadas em termos de consistência interna através do *alfa de Cronbach*. Deste modo, a análise permitiu-nos verificar na presente amostra (N=100), um índice de elevada consistência interna da escala, com um α de Cronbach = .99 e das sub-escalas com um α de Cronbach = .94.

NEO Five-Factor Inventory (Anexo 2)

NEO-FFI (Costa, P. T. & McCrae, R. R., 1989, 1992) *"corresponde a uma versão abreviada do NEO PI-R desenhada para dar uma medida rápida, fiável e válida dos cinco domínios da personalidade do adulto"* (Lima, 2002).

Tendo sido adaptado de uma versão reduzida do inventário dos cinco fatores NEO, criado por Costa e McCrae (1989) e adaptado por Lima (2002) à população portuguesa, o NEO-FFI foi criado com o objetivo primordial de compreender as medidas de personalidade distinguidas segundo cinco distintos domínios: a Extroversão (E) correspondente aos itens: 2, 7, 12, 17, 22, 27, 32, 37, 42, 47, 52 e 57; a Amabilidade (A) correspondendo aos itens: 4, 9, 14, 19, 24, 29, 34, 39, 44, 49, 54, e 59; a Conscienciosidade (C) corresponde aos itens: 5, 10, 15, 20, 25, 30, 35, 40, 45, 50, 55 e 60; o Neuroticismo (N) correspondendo aos itens: 1, 6, 11, 16, 21, 26, 31, 36, 41, 46, 51 e 56; por último a dimensão Abertura à Experiência (O) corresponde aos itens: 3, 8, 13, 18, 23, 28, 33, 38, 43, 48, 53 e 58. Estes cinco fatores, segundo Allemand, Zimprich e Henriks (2008), têm sido propostos com o intuito de limitar as diferenças individuais nos traços de personalidade humana.

O NEO-FFI é constituído por 60 afirmações que o sujeito deverá avaliar segundo uma escala de lickert de 5 pontos, desde o "Discordo fortemente" (1) ao "Concordo totalmente" (5).

Cada uma das cinco dimensões contém itens invertidos. A dimensão Conscienciosidade contém 4 itens invertidos (itens: 15, 30, 45 e 55), assim como as dimensões Neuroticismo (itens: 1, 16, 31 e 46) e Extroversão (itens: 12, 27, 42 e 57), por sua vez a dimensão Amabilidade contém 5 itens invertidos (itens: 24, 29, 39, 44 e 54) bem como a dimensão Abertura à Experiencia (itens: 18, 23, 33, 38 e 48).

No que respeita à validade do instrumento, diversos são os estudos que têm confirmado a relação entre diversas variáveis e os domínios do NEO, assim como o poder preditivo que contém nas suas escalas (Costa & McCrae, 1992), tendo em conta todo um

leque de critérios externos, tais como o bem-estar psicológico, os traços interpessoais ou o pensamento divergente.

No que refere à fidelidade do instrumento, as escalas do NEO-FFI apresentam correlações de .75 a .89 com os fatores do NEO-PI, revelando uma consistência interna de .74 a .89, na amostra original americana, e de .56 a .81, na amostra portuguesa (Lima, 2002).

Concluindo*, "as investigações sobre a fidelidade e validade do NEO-FFI têm chegado a resultados convincentes, e os últimos estudos sobre a validade de constructo das escalas têm colocado uma ênfase particular no acordo inter-observador"* (Lima, 2002). O instrumento é ainda, segundo o autor da edição portuguesa, um dos poucos testes de personalidade que apesar de ter sido especificamente construído para uma população adulta, a poder ser aplicado a partir dos 17 anos de idade, a sujeitos de todos os níveis de escolaridade e estatuto social (Lima, 2002).

As características psicométricas da escala na amostra em estudo foram igualmente, testadas em termos de consistência interna através do *alfa de Cronbach*. Para a nossa amostra (N=100) relativamente às subescalas o total do α de Cronbach foi de .31 e relativamente ao total da escala obteve-se um α de Cronbach de .59.

Satisfaction with Life Scale (Anexo 3)

A Escala de Satisfação com a Vida (Satisfaction with Life Scale – SWLS) foi executada e validada pelos autores: Diener, Emmons, Larsen e Griffin (1985).

Propondo-se a avaliar o bem-estar subjetivo, esta escala propunha-se a medir o grau (positivo ou negativo) de como as pessoas viam e viviam a sua vida (Simões, 1992). Até à data, composto por cinco itens com sete possibilidades de respostas disponíveis em que: 1 – discordo muito; 2 – discordo; 3- discordo um pouco; 4 – não concordo nem discordo; 5 – concordo um pouco; 6 – concordo; 7 – concordo muito.

Posteriormente, a primeira validação feita para a população portuguesa foi realizada por Neto, Barros e Barros (1990), com uma amostra de 308 professores do ensino básico e secundário.

Obteve na época um Coeficiente α *cronbach* de 0,78 apresentando variados índices de validade, particularmente em correlações significativas com a eficácia pessoal do ensino, aceitação/rejeição pessoal, auto-eficácia, auto-conceito total, maturidade psicológica e ansiedade social (Neto, Barros e Barros, 1990).

Posteriormente, em 1992, Simões, realizou uma nova validação do instrumento, com o intuito de alargar o mesmo à restante a população. Neste estudo contaram 74 alunos da Faculdade de Psicologia e Ciência da Educação de Coimbra e 130 adultos de diversas idades, profissões bem como, classes sociais. A média de idade da amostra foi de 40,89 anos. Paralelamente a este trabalho de validação o autor optou por reformular o instrumento reduzindo a escala de sete para cinco itens (1- discordo muito; 2- discordo um pouco; 3- não concordo nem discordo; 4- concordo um pouco; 5 – concordo muito).

No decurso destas alterações, foi então obtida uma boa consistência interna (coeficiente α de *cronbach* de 0,77) e uma boa validade convergente, apontando para uma correlação positiva numa medida diária da satisfação com a vida, uma versão do teste da escala de Cantril (1965) e um teste de felicidade e com a vertente afetiva do bem-estar subjetivo. Foi ainda demonstrada uma boa validade preditiva, correlacionando-se positivamente com a situação de recordação diferencial, tendo como pressuposto de que os sujeitos com um maior grau de satisfação com a vida apresentaram maiores possibilidades de recordar maior número de eventos positivos que negativos (Simões, 1992).

As características psicométricas da escala na amostra em estudo foram testadas em termos de consistência interna, realizado o alpha de Cronbach. Neste seguimento, na presente amostra (N=100), a SWLS apresentou um αde Cronbach de .74, conferindo-lhe uma consistência interna aceitável, relativamente ao total das subescalas apresentou um α de Cronbach de .86.

5. Análise de Dados

A análise dos dados foi realizada através de procedimentos estatísticos com o auxílio do programa SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*), versão 21.0, adotando-se um nível de significância de 5% ($p \leq 0,05$).

Com vista a verificar se existem diferenças nos níveis da satisfação conjugal entre sexos e em função da existência de filhos, recorreu-se a um teste *t-Student* com o intuito de averiguar se as médias das populações (masculino e feminino; com filhos e sem filhos) são significativamente diferentes para o instrumento EASAVIC, mais especificamente a sua escala global.

De forma a verificar as correlações existentes entre a satisfação conjugal, as dimensões de personalidade e a satisfação com a vida, , procedeu-se à aplicação do teste de *Pearson*.

Por fim, procedeu-se também à realização de uma análise de regressão, no sentido de se perceber se a Satisfação Conjugal é preditora da Satisfação com a Vida.

5.1. Análise de Comparações

Procedeu-se à realização do *teste Independent Samples t-Test*, de forma a verificar as diferenças entre géneros nos níveis de satisfação conjugal.

Podemos então verificar no Quadro 3 que os resultados obtidos demonstraram diferenças significativas para os efeitos de género, em que os homens surgem mais satisfeitos quando comparados com mulheres. Os valores da comparação entre géneros relativa aos níveis da Satisfação Conjugal apresentam-se na tabela 2.

Tabela 2 – Comparação entre géneros relativamente à Satisfação Conjugal (N=100)

	Masculino (n=50)		Feminino (n=50)		
	M	*DP*	*M*	*DP*	*t*
EASAVIC					
Satisfação Conjugal	4.3871	.65722	3.7493	.76908	4.458***

Legenda: $\rho < .05$

Para verificarmos a existência de diferenças na satisfação conjugal em função da existência ou não de filhos, foi efetuado um teste *Independent Samples t-Test* que revelou não haverem diferenças significativas nos níveis da satisfação média conjugal entre indivíduos com e sem filhos.

No entanto e apesar de não se registarem diferenças significativas, o valor de *t* surge muito próximo da significância $t(98)=-1{,}912$, $p=.059$, para além disso, numa análise às médias obtidas, os indivíduos sem filhos acabam por apresentar uma média não significativa mas superior comparativamente com indivíduos com filhos. Os valores das comparações da satisfação conjugal relativamente à existência de filhos apresentam-se na tabela 3

Tabela 3 – Comparação entre indivíduos com e sem filhos relativamente à Satisfação Conjugal (N=100)

	Com Filhos (N=52)		Sem Filhos (N=48)		
	M	*DP*	*M*	*DP*	*t*
EASAVIC					
Satisfação Conjugal	3,9267	,82400	4,2215	,70743	-1,912

Legenda: $\rho < .05$

5.2.Análises de Correlações

Procedemos à análise de correlação de *Pearson* para verificar as associações entre as variáveis relativas à Satisfação Conjugal, Personalidade e Satisfação com a Vida.

Deste modo, na tabela 5 verificaram-se correlações positivas fracas entre a Satisfação Conjugal e a Satisfação com a Vida; entre a Satisfação Conjugal e a Conscienciosidade e entre a Amabilidade e Abertura à Experiência. Observaram-se também, correlações negativas fracas entre a Satisfação Conjugal e o Neuroticismo; entre o Neuroticismo e a Abertura à Experiência e entre o Neuroticismo e a Conscienciosidade. Obtiveram-se correlações positivas moderadas entre a Extroversão e a Abertura à Experiência e entre a Conscienciosidade e Abertura à Experiência; por outro lado, obteve-se uma correlação negativa moderada entre o Neuroticismo e a Extroversão. Por fim, obteve-se uma correlação positiva forte entre a Conscienciosidade e Extroversão. Os valores das correlações encontram-se na tabela 4.

Tabela 4 – Correlações *Pearson* entre as dimensões da Satisfação Conjugal, Personalidade e Satisfação com a Vida (N=100)

	Satisfação Conjugal	Satifação Vida	Neuroticismo	Extroversão	Amabilidade	Abertura Experiência	Conscienciosidade
Satisfação Conjugal	---	,260**	-,215*	,115	,108	,256	,204*
Satisfação Vida		---	,188	,203	,130	,154	,275
Neuroticismo			---	-,348**	,108	-,197*	-,278**
Extroversão				---	,066	,447**	,613**
Amabilidade					---	,261**	,129
Abertura Experiência						---	,350**
Conscienciosidade							---

Legenda: * ρ < .05; ** ρ < .01

5.3. Análise de Regressão

Por fim, para se perceber se existe alguma relação de predição entre a satisfação conjugal e a satisfação com a vida, procedeu-se a uma análise de regressão.

Observando-se os coeficientes padronizados, podemos concluir que existe uma fraca predição entre a Satisfação com a Vida e a Satisfação Conjugal, sendo que: r^2 =,068; F(1,98) = 7,128; p=,009 e β = ,260; t(99)=2,670; p=,009. Os valores da regressão apresentam-se na tabela 5.

Tabela 5 – Coeficientes do modelo de regressão de predição da satisfação conjugal com a satisfação com a vida (N=100)

VD	VI	R^2	R^2Ajust	B	*t*	*p*
Satisfação Conjugal	Satisfação Vida	,068	,059	,368	2,670	.009

6. Discussão

Os resultados obtidos neste estudo, foram, de uma forma geral, de encontro com o esperado, em função do enquadramento teórico efetuado. Desta forma, começamos por relembrar as hipóteses estabelecidas, discutindo os resultados à luz da literatura.

Na hipótese 1 era esperado que os homens apresentassem níveis de satisfação conjugal superiores quando comparados com mulheres.

Relativamente aos níveis obtidos quanto à satisfação conjugal, os dados conseguidos no nosso estudo estão de acordo com o que a literatura sugere, já que vários investigadores, nomeadamente Fehr, Baldwin, Collins, Patterson e Benditt (1999) observaram nas suas pesquisas, que os homens tendem a apresentarem-se mais satisfeitos com a sua relação conjugal quando comparados com as mulheres, para além de a encarem de forma mais positiva (Pacheco, 2008).

Nogueira (2001) sugere que este resultado pode estar associado ao facto de as mulheres se encontrarem mais sobrecarregadas nos seus papéis sociais, traduzindo-se em menos tempo para elas próprias, o que condiciona a sua satisfação com os diferentes domínios da vida.

Seguidamente, a hipótese 2 propunha que indivíduos que já tivessem experienciado o nascimento de pelo menos um filho, apresentariam níveis inferiores de satisfação conjugal quando comparados com indivíduos sem filhos. No caso especifico da nossa amostra, a hipótese teve que ser rejeitada já que não se observaram diferenças significativas entre indivíduos com e sem filhos.

Deste modo, a amostra em estudo não ilustra os dados retirados da literatura, pois Leonard e Roberts (1998, cit. Por Crespo, 2007) e Shapiro, Gottman e Carrère (2000) identificam o fato de existirem filhos como um fator associado a declínios nos níveis de satisfação na relação. Da mesma maneira que Feeney, Noller e Ward (1997, cit. por Narciso, 2001), identificaram que individuos sem filhos apresentavam níveis superiores de compatibilidade, bem como vinculação, proximidade e respeito mútuo já que Huston e Vangelisti (1995; Sanchez e Thomson, 1997, cit. por Narciso, 2001) verificaram que ocorre uma diminuição de tempos livres, das tomadas de decisão feitas em conjunto e até mesmo nas expressões de afeto o que compreensivelmente se traduz em efeitos negativos nos níveis de satisfação conjugal.

No entanto, e apesar de não se terem registado diferenças significativas, é de salientar que os valores médios apresentados pela amostragem demonstram que os participantes com filhos apresentam realmente valores ligeiramente inferiores de satisfação conjugal comparativamente com os inquiridos que ainda não têm filhos.

Na hipótese 3 era esperado que a dimensão da personalidade Neuroticismo estivesse inversamente associada com a Satisfação Conjugal ao que, segundo a análise estatística efetuada, se veio a verificar.

O neuroticismo remete para aspetos emocionais do indivíduo, principalmente quanto à forma como ele apreende e se comporta perante situações de sofrimento emocional, pelo que altos níveis nessa dimensão conduzem o indivíduo para maior vulnerabilidade, sintomas depressivos e ansiosos, bem como para estratégias de coping desadaptativas (McCrae & John, 1992).

Resultado dos seus estudos, Fisher e McNulty (2008) observaram um impacto negativo da dimensão neuroticismo na satisfação conjugal e sexual de casais. Da mesma maneira que White et al. (2004) indicaram que o mesmo traço foi o principal preditor negativo de satisfação e de intimidade conjugal.

Estudos anteriores sugerem também um papel influentemente negativo do neuroticismo nos níveis da satisfação conjugal (Donnellan, Conger, & Bryant, 2004; Fisher & McNulty, 2008; White et al., 2004).

Relativamente à última hipótese em estudo, era esperado que a satisfação conjugal fosse preditora da satisfação com a vida. Apesar de na amostra em estudo a predição se apresentar como fraca, a hipótese foi confirmada, indo de encontro com a literatura.

Heller (2004) refere que a satisfação conjugal está mais fortemente relacionada com a satisfação com a vida do que com qualquer outro domínio integrante da vida, para além disto, Kaufman & Taniguchi (2006) defendem também a existência de uma relação significativa entre a satisfação conjugal e o bem-estar físico e psicológico dos sujeitos.

Deste modo, faz sentido refletir acerca do que realmente interfere na vida de cada um, no que gera estabilidade e no que se apresenta como tóxico para a vida de alguém. O ambiente circundante de um individuo ao longo de toda o seu ciclo vital, bem como a pessoa e os momentos com quem se partilha esse percurso acaba por moldar incontornavelmente a sua visão acerca da sua experiência da vida.

6.1. Limitações do Estudo

Obtidos os resultados finais do estudo, ao longo do processo foram sentidas algumas limitações que se pensa poderem influenciar de forma negativa os resultados concluídos.

Talvez a mais importante das limitações encontradas referem à população em estudo. O tipo de amostragem utilizada, não probabilística ou não aleatória por conveniência, pode ter-se mostrando um fator nocivo à representatividade da amostra, bem como o número de pessoas inquiridas, o que pode levar a que os dados obtidos não sejam representativos da amostra portuguesa no seu geral.

Uma outra limitação do estudo prende-se com a idade da amostra e com a conjuntura social atual em Portugal. Com uma média de idades de 33 anos, julga-se ser uma amostra bastante jovem. Devido ao momento de crise que o país atravessa, os joven adultos mantêm-se em casa dos seus familiares durante mais tempo, atrasando a constituição da sua casa e da sua própia família. Deste modo, a maioria dos inquiridos vive numa relação conjugal ainda recente, não tendo passando por situações de desgaste e de crise suficientes que influenciem negativamente a relação.

Além disso, nesta investigação foi também sentida uma outra limitação que refere ao tipo de instrumentos escolhidos, já que foram utilizadas escalas de auto-resposta, nas quais a subjetividade das respostas pode ser um fator influente nos resultados finais obtidos.

6.2. Implicações Futuras

Contudo, apesar das limitações encontradas, procuramos analisar os dados da melhor forma possível, na medida em que sirvam para investigações futuras.

Deste modo, e dadas as limitações encontradas, achamos pertinente a realização de investigações que permitissem alargar o estudo a toda a população portuguesa, abrangendo outras áreas do país, de forma a testar diferenças de género relativamente às diversas variáveis da satisfação conjugal.

Julga-se também importante a aplicação deste tipo de investigação em indivíduos em situação de namoro, a fim de se apurarem eventuais diferenças entre indivíduos casados, em união de facto e solteiros.

Pensa-se também que seria mais enriquecedor realizar esta investigação, não apenas com sujeitos indiscriminados mas sim recorrendo a ambos os parceiros de um casal, para melhor se conseguir apurar as diferentes perspetivas entre homens e mulheres.

No presente estudo, a duração da relação conjugal não foi tida como componente de grande importância, pelo que seria interessante que futuramente fosse favorecida a partipicação de casais com relações mais longas.

Finalizando, espera-se que as conclusões obtidas neste estudo contribuam para novas investigações sobre a temática, bem como fornecer suporte para o desenvolvimento de eventuais estratégias terapêuticas na área. Seria também bastante interessante dar continuidade a esta área de interesse através de um estudo longitudinal no sentido de se acompanhar o quotidiano da vida dos indivíduos com o intuito primordial de se possibilitar um acesso a momentos de satisfação conjugal e de crise, especialmente em vivências de crise no relacionamento e do ciclo da família.

Em suma, considera-se importante compreender quem é mais feliz mas ainda mais importante a tarefa de compreender o que acontece com cada casal, o que têm, quais as suas carências, procurando sempre percecionar que fatores contribuem para relacionamentos satisfatórios.

Conclusão Final

A pertinência em estudar as relações conjugais tem, nos últimos anos, aumentado consideravelmente, uma vez que se trata de uma etapa de forte importância na vida do indivíduo pois marca o ínicio de um novo período (Nascimento et al., 2011).

Ao nível do levantamento literário a que se procedeu aquando o arranque desta investigação, foi claramente visível o interesse que muitos autores têm demonstrado perante a temática da conjugalidade, mais especificamente no esforço em conseguir apurar quais os fatores intervenientes na construção de relações conjugais satisfatórias.

Do mesmo modo, esta investigação foi motivada essencialmente pelo interesse na temática em questão, na satisfação conjugal, já que na atualidade as taxas de divórcios vão se propagando um pouco por toda a parte independentemente de zona geográfica, das idades dos sujeitos em questão, da duração do relacionamento, estatuto social ou até mesmo da existência ou não de filhos.

Neste sentido e perante esta realidade, torna-se pertinente a curiosidade acerca dos fatores que eventualmente motivam e mantêm os relacionamentos ditos felizes e satisfatórios, de forma a que todo o processo de investigação que agora termina se propõem a tentar responder.

Neste estudo considerou-se fundamental a análise de variáveis que se pensa terem impacto nestas conjugalidades pelo que à satisfação conjugal se procurou estudar a personalidade, pelo meio das suas cinco dimensões e ainda a satisfação com a vida.

Seguidamente ao levantamento e redação da componente teórica, teve lugar a reflexão da literatura que permitiu o levantamento de objetivos e hipóteses de estudo. Deste modo, segue-se uma reflexão acerca de cada uma das hipóteses anteriormente levantadas tendo como base a junção da literatura e dos resultados obtidos.

Em primeiro lugar, é de salientar que a satisfação conjugal é um conceito que remete para uma avaliação pessoal e subjetiva de cada um, relativamente à relação, de modo a que cada um dos parceiros vivencia distintamente o mesmo relacionamento.

Já que nenhum relacionamento é igual e que ambos os membros do casal o experimentam distintamente, faz todo o sentido questionar qual dos sexos se apresenta por norma mais satisfeito. Os resultados obtidos vão de encontro com o que foi recolhido da literatura demonstrando que também na nossa amostra o sexo masculino surge significativamente mais satisfeito do que o género feminino. Este resultado, apesar de à

primeira vista parecer simples e pouco complexo deve convidar a uma reflexão acerca dos seus porquês. Numa sociedade modernizada, em que se procura constantemente a emancipação da mulher, a quebra de estigmas na tentativa de se alcançar uma igualdade entre géneros, o homem continua a ser a figura que melhor se sente num relacionamento. A mulher continua, na maioria dos casos, a ser a responsável pelas lides domésticas, pela harmonia e organização do lar e pela educação dos filhos. Este "peso" da responsabilidade associado aos fenómenos associados às mudanças corporais porque a mulher vai passando, especialmente na altura da gravidez mas também ao longo dos anos, podem realmente ter um papel ativo na sua autoestima, autoimagem e autoconfiança interferindo vivamente na sua capacidade de vivenciar positivamente o seu relacionamento conjugal.

Outro aspeto a sublinhar é a influência negativa que a existência de filhos pode exercer na satisfação conjugal sentida pelos progenitores. Apesar de não ter sido verificado na amostra estudada, é percetível pelos fracos valores de significância verificados, que sujeitos com filhos apresentam menos satisfação comparativamente com casais sem filhos. Não que os filhos sejam nocivos para o relacionamento, ou que casais sem filhos tenham menos probabilidades para a ocorrência de divórcios mas sim porque o nascimento de um filho implica uma pesada responsabilidade na vida dos pais, obrigando-os a reajustarem rotinas, hábitos, mentalidades bem como a forma de estar na vida. Com base na literatura, verificou-se que casais com filhos têm menos tempos livres, menos oportunidades para comunicarem entre si e menos momentos íntimos que tanto contribuem para uma satisfação do relacionamento. Pensa-se que os níveis baixos de satisfação vão, entre outros fatores potenciadores, variando conforme as idades dos filhos, indo de encontro com os diferentes marcos do seu crescimento (adolescência, abandono do lar dos pais, etc).

Um outro componente a considerar é a importância que a personalidade de cada individuo tem na influência da satisfação conjugal. Neste caso, a dimensão "Neuroticismo", um dos cinco fatores que o Modelo dos Cinco Fatores introduziu, apresenta-se com um caráter nocivo que afeta negativamente a satisfação na relação. O Neuroticismo pode ser visto como um traço caraterizado por instabilidade e carências emocionais, remetendo para sujeitos que apresentam estratégias de coping desapropriadas e que apresentam ideias pouco realistas. A literatura sugere que esta dimensão é um fator de insatisfação ao que a presente amostra confirmou que sujeitos com elevados níveis na variável Neuroticismo apresentam inversamente baixos níveis de satisfação conjugal. De relembrar que a instabilidade

emocional de um cônjuge vai ter um efeito negativo nos níveis de satisfação do parceiro, tal como refere a literatura.

Por fim, relativamente à satisfação com a vida, procurou-se perceber se um relacionamento satisfatório pode ter efeitos na satisfação sentida com a vida. Na amostra estudada foi realmente verificada uma relação de predição entre ambas as variáveis na medida em que a satisfação que um individuo sinta no seu relacionamento vai ter efeitos importantes e decisivos na satisfação com a vida.

Concluindo, este estudo surge como pertinente na medida em que todo o seu decorrer se traduziu num período de grande aprendizagem acerca de várias temáticas, quer relativamente ao processo para a realização de uma investigação de caráter científico, como também relativamente à temática da psicologia na conjugalidade.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Alarcão, M. (2002). (Des)Equilíbrios Familiares. Coimbra: Quarteto

Alder, E. (2010*).* Age Education Level, and Length of Courtship in Relation to Marital Satisfaction. *School of professional psychology*, 104 (4) (2010), pp. 7– 27

Allemand, M., Zimprich, D. & Hendricks, A. A. J. (2008). Age differences in five Personality Domains, across Life Span. *Developmental Psychology*, 44 (3), 758-770. . doi:10.1037/0012-1649.44.3.758

Allport, G. W. (1966). Personalidade: Padrões e desenvolvimento. (D. M. Leite, Trans.) *São Paulo, Brasil: Herder.* (Original published in 1961)

Amaro, F. (2004). Famílias Portuguesas: Tendências actuais. *Cidade Solidária* (Julho 2004, Cap. Social), pp. 2-5

Ambert, A. M. (2003,) Same-Sex Couples and Same-Sex Parent Families: Relationships, Parenting, and Issues of Marriage. *The Vanier Institute of the Family*

Amiri, M., Farhoodi, F., Abdolvand, N. & Rezaie Bidakhavidi, A. (2011). A study of the relationship between big-five personality traits and communication styles with marital satisfaction of married students studying in state universities of Tehran. *Procedia-Special and Behavioral Sciences,* 30: 685-689.

Argyle, M. (1987) The Psychology of Happiness, Methuen: London.

Argyle M. (1999). Causes and correlates of happiness. In: Kahneman D, Diener E, Schwarz N. Editors. Well-being: The foundations of hedonic psychology. Russell Sage Foundation; New York. pp. 353–373.

Aron, A. & Aron, E. N. (1986). Love and the expansion of self: Understanding attraction and satisfaction. New York: Hemisphere.

Aron, A., Mashek, D. & Aron, E. N. (2003*).* Closeness as Including Other in the Self in A. Aron, & D. Mashek (Eds.). *Handbook of Closeness and Intimacy* (p. 27- 42). Lawrence Erlbaum Associates.

Aron, A., McLaughlin-Volpe. T., Mashek, D., Lewandowski, G., Wright, S. C., Aron, E. N. (2004). Including Others in the self. *European Review of Social Psychology*, 15, 101-132

Barelds, D. P. H. (2005*).* Self and partner personality in intimate relationships. *European Journal of Personality,* 19, 501–518.

Becker, G. S. (1981*)* A Treatise on the Family. 2nd ed. Cambridge, MA: Harvard University Press; 1991.

Belsky, J., Hsieh, K. H. (1998) Patterns of marital change during the early childhood years: Parent personality, coparenting, and division-of-labor correlates. *Journal of Family Psychology*. 1998;12:511–528.

Bentler, P.M., Newcomb, M. D. (1978). Longitudinal study of marital success and failure. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 46, 1053-1070.

Berscheid, E., Dion, K., Hatfield, E. & Walster, G. W. (1971). Physical attractiveness and dating choice: A test of the matching hypothesis. *Journal of Experimental Social Psychology,* 7,173–189.

Biasoli-Alves, Z. M. M. (2004). Pesquisando e intervindo com famílias de camadas diversificadas. In C. R. Althoff, I. Elsen & R. G. Nitschke (Orgs.), Pesquisando a família: olhares contemporâneos. Florianópolis: Papa-livro, pp. 91-106

Botwin, M., Shakelford, D. (1997). Personality and mate preferences: Five factors in mate selection and marital satisfaction. *Journal of Personality*, 65(1), 107-136

Bouchard, G., Lussier, Y. & Saborin, S. (1999). Personality and marital adjustment: Utility of the Five-Factor-Model of personality. *Journal of Marriage and the Family*, 61, 651–660

Bouchard, T. J., Jr., & McGue, M. (1981). Familial studies of intelligence: A review. *Science*, 212,1055–1059.

Bouchard, T.J. & Loehlin, J.C. (2001). Genes, evolution, and personality. *Behavior Genetics*, 31 (3), 243-273.

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 the Family*, 62, 964-980.

Brown, S. (2004). Moving from cohabitation to marriage: Effects on relationship quality. *Social Science Research*, 33, 1-19

Brown, S. L. (2004). Family structure and child well-being: The significance of parental cohabitation. *Journal of Marriage and Family*. 66, 351-367.

Burman, B., & Margolin, G. (1992). An analysis of the association between marital relationships and health problems: An interactional perspective. *Psychological Bulletin, 112,* (1) 39-63. doi: 10.1037/0033-2909.112.1.39

Buss, D. M. (1985). Human mate selection.*American Scientist*, 73,47–51.

Buss, D. M. (1991). Conflict in married couples: Personality predictors of anger and upset. *Journal of Personality*, 59, 663-688

Carstensen, L. L., Gottman, J. M., & Levenson, R. W. (1995). Emotional behavior in long-term marriage. *Psychology and Aging*, 10,140 –149.

Caughlin, G. P., Huston, T.L., & Houts,R. N., (2000). How does personality matter in marriage: an mxamination of traits. Anxiety, Interpersonal Negativity and marital satisfaction.. *Journal of Personality and social psychology*, 78, pp, 326-33.

Centers for Disease Control and Prevention (2007) Guidelines for Isolation Precautions: Preventing Transmission of Infectious Agents in Healthcare Settings. *Recommendations of Healthcare Infection Control Practices Advisory Committee* (HICPAC). Atlanta 2007

Claxton, A., O´Rourke, N., Smith, J., & DeLongis, A. (2013). Personality traits and marital satisfaction within enduring relationship: An intra-couple discrepancy approach. *Journal of Social and Personal Relationships*, 29 (3), 375-396

Cohan C. & Kleinbaum, S. (2002). Toward a Greater Understanding of the Cohabitation Effect: Premarital Cohabitation and Marital Communication.*Journal of Marriage and Family*, 64, 180-192.

Comissão Europeia (1997*).* Studies on the Socio-Economic Impact of Biotechnology: Genetic Fingerprints, Scientific Truth and Affiliation Law. *Luxembourg*: *Official Publications of the European Communities.*

Cook, J., Jones, R. (2002). Congruency of identity style in married couples. *Journal of FamilyIssues,* 23, 912-926.

Coombs, R. H. (1991). Marital status and personal wellbeing: A literature review. *Family Relations,* 40 , 97–102

Costa, P. T. Jr., McCrae, R. R. (1987). Neuroticism, somatic complaints and disease: is the bark worse than the bite. *Journal of Personality*, 55, 299-316.

Costa, P. T. Jr., & McCrae, R. R. (1992). Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R) and NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI) professional manual. *Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.*

Costa, P., Terracciano, A., & McCrae, R. (2001). Gender differences in personality traits across cultures: Robust and surprising findings. *Journal of Personality and Social Psychology,* 81, 322–331.

Costa, P.T. & McCrae, R.R. (2006). Trait and Factor Theories. In M. Hersen & Jay C. Thomas (Ed). Comprehensive Handbook of Personality and Psychopathology: Personality and Everyday Functioning (Vol.1, pp. 96-115). New Jersey, John Wiley & Sons

Costa, P.T., Jr. & McCrae, R.R. (1985). The NEO Personality Inventory Manual. *Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.*

Crespo, C. A. (2007). Rituais Familiares e o Casal: Paisagens Inter-Sistémicas. Tese de doutoramento apresentada à Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Lisboa.

Cummins, R.A. (1996) The Domains of Life Satisfaction: An Attempt to Order Chaos. *Social Indicators Research* 38, 303-332.

Cunha, M. P., Rego, A., Cunha, R.C., & Cabral-Cardoso, R. (2005). Manual de Comportamento Organizacional e Gestão. Lisboa: Editora RH.

Davila A., Gupta M., & Palmer R. (2003). Moving procurement systems to the internet: the adoption and use of e-procurement technology models, *European Management Journal* Vol. 21 No. 1 11-23.

Carr, D., Freedman, V. A., Cornman, J. C., & Schwarz, N. (2014*)* Happy Marriage, Happy Life? Marital Quality and Subjective Well-being in Later Life. *Journal of Marriage and Family,* 2014; 76 (5): 930 DOI: 10.1111/jomf.12133

Decuyper, M., De Bolle, M., & De Fruyt, F. B. (2012). Personality similarity, perceptual accuracy, and relationship satisfaction in dating and married couples. *Personal Relationship* 19(2012), 128-145.

Dela Coleta, M. F. (1989). Locus de controle e satisfação conjugal. Dissertação de mestrado não- publicada, Universidade de Brasília, Brasília.

Dela Coleta, M. F. (1991). Causas Atribuídas ao Sucesso e Fracasso no Casamento. *PSICO*, 22(2), 21-39.

Donnellan, M., Conger, R., & Bryant, C. (2004). The big five and enduring marriages. *Journal of Research in Personality,* 38, 481-504

Demirtas, S., Tezer, E. (2012). Romantic relationship satisfaction, commitment to career choices and subjective well-being. *Social and Behavioral Sciences*, 46, 2542-2549.

Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale.*Journal of Personality Assessment, 49*, 71-75.

Diener, E., Scollon, C. N., Oishi, S., Dzokoto, V. & Suh, E.M. (2000). Positivity and the construction of life satisfaction judgments:global happiness is not the sum of its parts. *Journal of Happiness Studies*, 1 (2), 159-176.

Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. E. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.

Diener, M. L., Diener-McGavran, M.B. (2008), What makes people happy?, in M. Eid and R.J. Larsen (eds), The Science of Subjective Well-Being, *New York: Guilford Press*, pp. 347–375.

Digman, J. M. (1990). Personality structure: Emergence of the five-factor model. *Annual Review of Psychology, 41,* 417-440.

Donnellan MB, Conger RD, Bryant CM. (2004).The Big Five and enduring marriages. *Journal of Research in Personality*. 38:481–504.

Drummond, M. & Drummond Filho, H. (1998). Drogas: a busca de respostas. São Paulo: Loyola.

Duarte, C. (2005). Perceções de conflito e violência conjugal. Tese de Doutoramento em Psicologia, Universidade do Porto.

Durkheim, E. (1951). Suicide. New York: Free Press.

Dush, C. M. Kamp, Taylor, M. G., & Kroeger, R. A. (2008). Marital happiness and psychological well-being across the life course. *Family Relations*, 57(2), 211- 226.

Easterlin, R. A. (Ed.) (2002) Happiness in Economics. *An Elgar Reference Collection*, Cheltenham, UK and Northampton, MA.

Elias, A. (2010). Valores sociais e dimensões da personalidade: Uma relação possível? Tese de Mestrado, Instituto Universitário de Lisboa.

Eysenck H. J., Eysenck S. B. G. (1976). Psychoticism as a Dimensiono of Personality. *Hodder & Stoughton, London*.

Eysenck, H. J., Eysenck, M. W. (1985). Personality and Individual Differences: A Natural Science Approach. *New York: Plenum.*

Farah, L., & Shaham, V. (2011). The effect of sexual skills training on marital satisfaction. *Procedia- Social and Behavioral Sciences*, 30, 2581-2585

Feingold, A. (1988). Matching for attractiveness in romantic partners and same-sex friends: A meta-analysis and theoretical critique. *Psychological Bulletin*, 104,226 –235.

Feeney, J. A., Noller, P., & Ward, C. (1997). Marital satisfaction and spousal interaction. In R. J. Sternberg e M. Hojjat (Eds.), Satisfaction in close relationships (pp. 160-189). New York: The Guilford Press.

Fincham, F. D. (2009). Marital conflict. In H. T. Reis & S. Sprecher (Eds.), *Encyclopedia of Human Relationships* (Vol 1, pp. 298-303). Thousand Oaks: Sage.

Fleck, A., Wagner, A. (2003). A mulher como a principal provedora do sustento econômico familiar. *Psicologia em Estudo*, 8 (número especial), 31-38.

Frey, B. S., Stutzer, A. (2005). Testing Theories of Happiness. In: Luigino Bruni and Pierluigi Porta (eds.). Economics and Happiness. Framing the Analysis. Oxford University Press: 116-146.

Fonseca, S. (2011). Do namoro ao casamento: Histórias que se constroem. Tese de Mestrado, Universidade do Porto

Fortin, M. (1996). Le Processus de la Recherche: de la conception à la réalization. Québec: Décarie Éditeur.

Fortunato, R. (2009). Ecos da idade, sexo e nível sócio-económico em dimensões da conjugalidade: Satisfação, vinculação/afectividade e proximidade. *Tese de Mestrado, Universidade de Lisboa*

Freire, S.A. (2000). Envelhecimento bem-sucedido e bem- estar psicológico. In: Néri, A.L. e Freire, S.A. (Orgs.), E por falar em boa velhice (pp. 21-31). Campinas: Editora Papiru.

Gameiro, J. (2007*).* Entre Marido e Mulher…Terapia de Casal. *Lisboa: Trilhos Editora*.

García, L. F (2006). Teorias Psicométricas da Pernalidade. In: C. Flores-Mendoza & R. Colom (Orgs.), Introdução à Psicologia das Diferenças Individuais (pp. 219-241). Porto Alegre: Artmed.

Gattis, K. S., Berns, S., Simpson, L. E., & Christensen, A. (2004*).* Birds of a feather or strange birds? Ties among personality dimensions, similarity, and marital quality. *Journal of Family Psychology*, 18, 564–574

Godberg, L.R. (1993). The structure of phenotypic personality traits. *American Psychologist*, 48, 26-34.

Goleman, D. (2010). Inteligência Emocional. *Lisboa: Temas e Debates*

Gomes, M. (2011). À procura de pistas para uma conjugalidade satisfeita: Entre indicadores de risco estático e formas conjugais. Tese de Mestrado, Universidade de Lisboa.

Gosling, S. D., Rentfrow, P. J., & Swann Jr., W. (2003). A very brief measure of the Big-Five Personality domains. *Journal of research in Personality*, 37, 504-528.

Gottman, J. M., & Notarius, C. I. (2002). Marital research in the 20th century and a agenda for the 21th century. *Family Process*, 41, 159-198

Gottman, J. M., Coan, J., Carrère, S. & Swanson, C. (1998). Predicting marital happiness and stability from newlywed interactions. *Journal of Marriage and the Family*, 60, 5-22.

Gottman, J.M. & Silver, N. (2001). Os Sete Princípios do Casamento. Cascais -Portugal: Editora Pergaminho.

Gove, Walter R., Hughes M., & Briggs C. S. (1983) Does Marriage Have Positive Effects on the Psychological Well-being of the Individual? *Journal of Health and Social Behavior* 24: 122–131.

Guedes, I. (2012). Sentimentos insegurança, personalidade e emoções disposicionais: Que relações?. *Tese de Mestrado, Universidade do Porto*

Gustavson K, Røysamb E, Von Soest T, et al. (2012) Longitudinal associations between relationship problems, divorce, and life satisfaction: Findings from a 15-year population-based study. *The Journal of Positive Psychology* 7(3): 188–197.

Hayes, N., Joseph, S. (2003). Big 5 correlates of three measures of subjective well-being. Personality and Individual Differences, 34, 723–727.

Heaton, T.B. (2002). Factors contributing to increasing stability in the United States. *Journal of Family Issues,* 23(3), 392-409.

Heller, B., Esposito-Herr, M. & Tom, S. (2004) Educating nurses for leadership roles. *Journal of Continuing Education in Nursing,* 35, 203-210.

Hendrick, S. e Hendrick, C. (1997). Love and satisfaction. In R. Sternberg e M. Hojjat (Eds.). Satisfation in close relationships. (pp.56-78). New York: The Guilford

Henriques, C. R., Jablonski, B. & Féres-Carneiro, T. (2004). A geração canguru. Algumas questões sobre o prolongamenro da convivência familiar. *Psico,* 35, 195-205.

Hernandez, J. A., Oliveira, I. B. (2003). Os Componentes do Amor e a Satisfação. *Psicologia, Ciência e Profissão,* 21(3), 58-69.

Hutz, C. S., Nunes, C.H.; Silveira, A.D.; Serra, J.; Antón, M. & Wieczorek, L. S. (1998). O desenvolvimento de marcadores para a avaliação da personalidade no modelo dos Cinco Grandes Fatores. *Psicologia: Reflexão e Crítica, Porto Alegre,* v. 11, n. 2.

Inglehart, R. (1990). Culture shift in advanced industrial societies. Princeton University Press.

Jakobsson, N., Kotsadam, A. and Støre, S. (2013). Attitudes toward same-sex marriage: the case of Scandinavia. *Journal of Homosexuality,* 60(9): 1369-1380.

John, O. P., & Srivastava, S. (1999). The Big Five trait taxonomy: history measurement and theoretical perspectives. In L. A. Pervin, & O. P. John (Eds.), *Handbook of Personality: theory and research* (pp. 102-138). New York: Guilford Press.

John, O. P., Naumann, L. P., & Sotto, C. J. (2008). Paradigm shift to the integrative Big Five trait taxonomy: History, measurement and conceptual issues. In O. P. John, R. W. Robins, & L. A. Pervin (Eds.), *Handbook of personality : theory and research* (pp. 114-158). New York: Guilford Press.

Kamp, D. C. M., Amato, P.R. (2005). Consequences of Relationship Status and Quality for Subjective Well-Being. *Journal of Social and Personal Relationships*. Vol.22, 607 - 627

Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, methods, and research. *Psychological Bulletin*, 118, 3-34.

Karpel, M. A. (1994). Evaluating couples: A handbook for practitioners. New York,USA: W. W. Norton e Company.

Kaufman, G., & Taniguchi, H. (2006). Gender and marital happiness in later life. *Journal of Family Issues*, 27(6), 735-757

Kaufmann, J.-C. (1993). Sociologie du Couple. *Paris:* Presses Universitaires de France

Kelly, E. L., & Conley, J. J. (1987). Personality and compatibility: A prospective analysis of marital stability and marital satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 27– 40.

Kiecolt-Glaser, J. K. & Newton, T. L. (2001). Marriage and health: His and hers. *Psychological Bulletin*, 127(4), 472-503.

Hyoun, K., McKenry, Patrick, C. (2002) The Relationship Between Marriage and Psychological Well-Being: A Longitudinal Analysis. *Journal of Family Issues*. 23:885–911.

Kohler, H.P., Behrman, J.R., & Skytthe, A (2005). Partner + Children = Happiness? The Effects of Partnerships and Fertility on Well-Being. *Population and Development Review*, Vol. 31, 407 - 445

Kurdek, L. A. (2005). What do we know about gay and lesbian couples? Current Directions in *Psychological Science*, 14, 251–254.

Lawyck, B., Luyten, P., Demyttenaere, K., & Corveleyn, J. (2008). The role of romantic attachment and self-criticism and dependency for the relationship satisfaction of community adults. *Journal of Family Therapy*, 30, 78-95.

Leite, S. (2003). A união de facto em Portugal. *Revista de Estudos Demográficos*, 33, 95-140.

Leontiev, A. N. (1978). O desenvolvimento do psiquismo. Lisboa: Livros Horizonte.

Letzring, T. D., Noftle, E. (2010). Predicting relationship quality from self-verification of broad personality traits among romantic couples. *Journal of Research in Personality*, 44, 353-362.

Levenson, R. W., Carstensen, L. L., & Gottman, J. M. (1993). Long-term marriage: Age, gender, and satisfaction. *Psychology and Aging*, 8, 301– 313.

Lima, M. P., Simões, A. (2000). A teoria dos cinco fatores: Uma proposta inovadora ou apenas uma boa arrumação do caleidoscópio personológico? *Análise Psicológica*, 2 (XVIII), 171-179.

Lind, G. (2008). Moral ist lehrbar. Ein Handbuch zu Theorie und Praxis moralischer und demokratischer Bildung. [Morality can be taught. *A handbook on theory and practice of moral and democratic education*.] München: Oldenhourg.(2nd enlarged edition)

Litzinger, S., Gordon, K. (2005). Exploring relationships among communication, sexual satisfaction and marital satisfaction. In *Journal of Sex and Marital Therapy*, 31, 409-424.

Lucas, R. E. (2008). Personality and subjective well-being. In R. J. Larsen & M. Eid (Eds.), *The science of subjective well-being* (pp. 171-194). New York: Guilford Press.

Lucas, R. E., Clark, A. E., Georgellis, Y., & Diener, E. (2003). Reexamining adaptation and the set point model of happiness: Reactions to changes in marital status. *Journal of Personality & Social Psychology*, 84(3), 527-539.

Machado, L. M. (2007). Satisfação e insatisfação no casamento: Os dois lados de uma moeda? *Dissertação de Mestrado, Universidade Federal de Uberlândia*.

Magnusson, D.; Torestad, B. (1993) A holistic view of personality: a model revisited. *Annual Review of Psychology*. (44). p. 427 - 452.

Marcão, A. (2008). Dimensões da conjugalidade e as relações com as diferenças de sexo e o nível de escolaridade. Tese de Mestrado, Universidade de Lisboa

Maskekaasa, A. (1994). Psychological well-being and marital dissolution: Selection effects? *Journal of Family Issues*, 15(2), 208-228.

McAdams, D. P. (1996). Personality, modernity, and the storied self: A contemporary framework for studying persons. *Psychological Inquiry*, 7(4), 295-321. doi: 10.2307/1448813.

McCrae, R., & Costa, P. (2008). The Five Factor Theory of Personality. In O. P. John, R. Robins, & L. A. Pervin (Eds.), *Handbook of Personality: theory and research* (pp. 159-181). New York: Guilford Press.

Menezes, M. (2008). Satisfação conjugal, auto-estima e imagem corporal e indivíduos ostomizados. Tese de Mestrado, Universidade de Lisboa.

Miller, B. C. (1976). A Multivariate Developmental Model of Marital Satisfaction. *Journal of Marriage and Family,* 38(4), 643-657.

Minnotte, K., Pedersen, D., & Mannon, S. (2010). The emotional terrain of parenting and marriage: Emotion work and marital satisfaction. *The Social Science Journal*, 47, 747-761

Minuchin, P. Colapinto, J. e Minuchin, S. (1998). Working with families of the poor. NY:The Guilford Press.

Minuchin, S. (1982). Famílias: funcionamento e tratamento. Porto Alegre: *Artes Médicas.*

Narciso, I. (1994). Metamorfoses do Amor e da Satisfação Conjugal. Trabalho de síntese no âmbito das Provas de Aptidão Pedagógica e Capacidade Científica (não publicado). FPCEUL.

Narciso, I. (2001). Conjugalidades satisfeitas mas não perfeitas: à procura do padrão que liga. Tese de doutoramento apresentada à faculdade de Psicologia e Ciências de Educação da Universidade de Lisboa.

Narciso, I., & Costa, M. E. (1996*).* Amores satisfeitos mas não perfeitos. *Cadernos de Consulta Psicológica,* 12, 115-130.

Narciso, I., & Ribeiro, M. (2009*).* Olhares sobre a conjugalidade. Lisboa: *Coisas de ler*.

Narciso, I.; Costa, M. e Pina Prata, F. (2002). Intimidade e compromisso pessoal ou "Aquilo que pode fazer com que um casamento funcione". *Revista Portuguesa de Psicologia*, 36, 67-88.

Neri, A.L. (2001). Envelhecimento e qualidade de vida na mulher. Em 2º Congresso Paulista de Geriatria e Gerontologia. Santos: SBGG- São Paulo (CD-ROM). Santos.

Neri, A.L. (2004*).* O que a Psicologia tem a oferecer ao estudo e à intervenção no campo do envelhecimento no Brasil, hoje. In: Néri, A.L. e Sanchez, M.Y. (Orgs.), *Velhice bem sucedida*. Campinas: Editora Papirus.

Norgren, M.; Souza, R.; Kaslow, F.; Hammerschmidt, H. e Sharlin, S. (2004). Satisfação conjugal em casamentos de longa duração: uma construção possível. *Estudos de Psicologia,* 9, 575-584.

Nunes, C. H. S. S., Nunes, M. F. O., & Hutz, C. S. (2006). Uso conjunto de escalas de personalidade e entrevista para a identificação de indicadores de transtorno anti-social. *Avaliação Psicológica*, 5(2), 171-178

Oleiro, J. (2011). A intimidade nos jovens adultos em contexto de relação amorosa: A influência do sexo e da idade. Tese de Mestrado, Universidade de Lisboa

Olson, D. H. (2000). Circumplex model of marital and family systems. J*ournal of Family Therapy*, 22, 144-167.

Ozer, D. J., Reise, S. P . (1994). Personality assessment. *Annual Review of Psychology*, 45, 357-388.

Palys, T. S., Little, B. R. (1983). Perceived Life Satisfaction and the Organization of Personal Project Systems. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44 (6), 1221-1230.

Paul-Henri, P., Lauwe, M. J. (1965). A evolução contemporânea da família: estruturas, funções, necessidades. *Análise Social*, Vol. III, 1965 (nº12), pp. 475-500.

Pavot, W., Diener, E. (2013*).* Happiness experienced: the science of subjective well-being. In S. David, I. Boniwell, A.C. Ayers (Eds) *Oxford Handbook of Happiness*, (pp.134-145). Oxford: Oxford University Press.

Prinz, C. (1995) Cohabiting, Married or Single. *Aldershot*, England, Avebury.

Rammstedt, B., Schupp, J. (2008). Only the congruent survive Personality similarities in couples. *Personality and Individual Differences*, 45, 533-535.

Relvas, A. P. & Alarcão, M. (2002). Novas Formas de Família. Coimbra: *Quarteto Editora*.

Relvas, A. P. (1996). O ciclo vital da família perspectiva sistémica. Porto. Edições *Afrontamento*.

Relvas, A.P. & Alarcão, M. (Coords.) (2002). Novas Formas de Família. Coimbra: Quarteto Editora.

Renshaw, K., Blais, R., & Smith, T. (2010). Components of negative affectivity and marital satisfaction: The importance of actor and partner anger. *Journal of Research in Personality*, 44, 328-334

Ribeiro, J. L.P. (1999). Investigação e avaliação em psicologia e saúde. Lisboa: Climepsi Editores.

Ribeiro, M. T. (2007) Família: Comunidade Educativa – Filhos hoje, Pais amanhã. Comunicação Oral no Auditório da Assembleia da República. Lisboa.

Ribeiro, T. (2002). Da diversidade do masculino e do feminino à singularidade do casal. Tese de Doutoramento, Universidade de Lisboa.

Rodrigues, M., Macedo, P., Montano, T. (2007). Manual do Formador - Formação dos membros das Comissões de Protecção de Crianças e Jovens. Lisboa: Comissão Nacional de Protecção de Crianças e Jovens em Risco.

Sampaio, D. e Gameiro, J. (1985). Terapia Familiar. *Biblioteca Ciências do Homem.* Porto. Edições Afrontamento.

Schaick, L. V., Kovacik, K., Hallman, K., Diaz, M., & Morrison, S. (2007). Personality as a Potential Predictor of Academic satisfaction. Psi Chi. *Journal of Undergraduate Research,* 12 (2), 46-50.

Schumann, K. (2012). Does love mean never having to say you're sorry? Associations between relationship satisfaction, perceived apology sincerity, and forgiveness. *Journal of Social and Personal Relationships,* 29, 997-1010.

Scorsolini-Comin, F., & Santos, M. A. (2008*).* Casamento na medida: uma revisão integrativa de conceitos e instrumentos de mensuração da satisfação conjugal. in S. R. Pasian, E. T. K. Okino, S. R. Loureiro & F. L. Osório (Org.), Avaliação de personalidade: técnicas e contextos diversos (pp. 55-67) Ribeirão Preto: Vetor.

Sève, L. (1979). Marxismo e a teoria da personalidade. Lisboa: *Livros Horizonte*.

Shackelford, T. K., & Buss, D. M., (2000). Marital satisfaction and spousal cost-infliction. *Personality and Individual Differences* 28, 917- 928.

Sharlin, A. S, Kaslow, F., & Hammerschmidt, H, (2000). Together through thick and thin: a multinational picture of long-term marriages. Nova York: *The Haworth Clinical Practice Press.*

Shek, D. T. L. (1995). Gender differences in marital quality and well-being in Chinese married adults. *Sex Roles*, 32(11-12), 699-715.

Shin, D. & Johnson, D. (1978). *A*vowed happiness as an overall assessment of the quality of life. *Social Indicators Research*, 5, 475-492.

Shiota, M. N., & Levenson, R. W. (2007). Birds of a feather don't always fly farthest: Similarity in big five personality predicts more negative marital satisfaction trajectories in long-term marriages. *Psychology and Aging*, 22, 666 – 675.

Silva, C. (2008). Caminhando entre passos tradicionais e modernos: Um olhar sobre a satisfação conjugal. Tese de Mestrado, Universidade de Lisboa.

Simon RW. Revisiting the relationships among gender, marital status, and mental health. *AJS*. 2002;107:1065-1096.

Silveira, P. G. & Wagner, A. (2006). Ninho cheio: A permanência do adulto jovem em sua família de origem. *Estudos de Psicologia*, Campinas, v. 23, n. 4, p. 441‑453, dez. 2006.

Smith, G. M. 1967. Usefulness of peer ratings of personality in educational research. Educ. Psychol. Meas. 27:967-84 de origem. *Estudos em Psicologia*, 23, 441-453.

Singer R. N. (1986). Psicologia dos esportes: mitos e verdades. São Paulo: Harba.

Soleimanian, A. (1984). The effect of irrational thoughts (the cognitive approach) on marital dissatisfaction in married students of Azad University in BOJNURD city. Faculty of Psychology and Educational Sciences, University of Tehran.

Sousa, J. (2006). As famílias como projectos de vida: O desenvolvimento de competências resilientes na conjugalidade e na parentalidade. *Saber (e) Educar* 11, 41-47.

Spanier, G. B., Lewis, R. A. (1980). Marital quality: a review of the seventies. *Journal of Marriage and the Family*, 42(4), 825-839.

Sprecher, S., Duck, S. (1994). Sweet talk: The importance of perceived communication for romantic and friendship attraction experienced during a get acquainted date. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20,391– 400.

Srivastava, S., John, O. P., Gosling, S. D., & Potter, J. (2003). Development of Personality in early and middle Adulthood: Set like Plaster or Persistent Change? *Journal of Personality and Social Psychology,* 84 (5), 1041-1053.

Stroud, C.B., Durbin, C.E., Saigal, S.D., & Knobloch-Fedders, L.M., (2010). Normal and abnormal personality traits are associated with marital satisfaction for both men and women: An Actor–Partner Interdependence Model analysis. *Journal of Research in Personality* 44, 466-477.

Stutzer, A., Frey, B. (2005*). Does marriage make people happy, or do happy peoplenget married?. The Journal of Socio-Economics*, 35, 326-347.

Tan, D. T. Y., Singh, R. (1995). Attitudes and attraction: A developmental study of the similarity–attraction and dissimilarity–repulsion hypotheses. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21,975–986.

Torres, A. C. (1996) Divórcio em Portugal, ditos e interditos. Oeiras: Celta Editora, 1996

Tupes, E.C., Christal, R.E. (1992). Recurrent personality factors based on trait ratings. *Journal of Personality,* 60, 225–251. (Reprinted from USAF ASD Tech. Rep. No. 61–97, 1961, Lackland Air Force Base, TX: U. S. Air Force).

Twenge, J. M., Campbell, W. K., & Foster, C. A. (2003) Parenthood and Marital Satisfaction: A Meta-Analytic Review. *Journal of Marriage and Family* 65:574- 583.

Valle, M. E., Osório, L. C. (2004). Alquimia íntima: A nova química do casal. Porto Alegre: Literalis

Vandenberg, S. G. (1972). Assortative mating, or who marries whom? Behavior Genetics, 11,1–21.

Vangelisti, A. L., Banski, M. A. (1993). Couples' Debriefing Conversations: The Impact of Gender, Occupation and Demographic Characteristics. *Family Relations*, 42(2), 149-157.

Veenhoven, R. (2000). The four qualities of life: ordering concepts and measures of the good life. *Journal of Happiness Studies*, 1, 1-39.

Veiga-da-Silva, C. E. (2001). Sem "nós" dois, o que resta sou eu: os caminhos para a separação conjugal. Tese de Doutoramento pela Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro. (não publicada).

Watson, D., Humrichouse, J. (2006). Personality development in emerging adulthood: Integrating evidence from self-ratings and spouse ratings. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91, 959-974.

Waite, L.J., Gallagher, M. (2000) The case for marriage. Broadway Books, New York.

Wendlin, M. I. (2002). *"*Asas para voar, raizes para voltar": A saída dos filhos da casa dos pais. Dissertação de mestrado, Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Pontificia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre.

Whisman, M. A., Uebelacker, L. A., Tolejko, N., Chatav, Y., & McKelvie, M. (2006). Marital discord and well-being in older adults: Is the association confounded by personality? *Psychology and Aging, 21*, 626-631. doi: 10.1037/0882-7974.21.3.626

White, G. L. (1980). Physical attractiveness and courtship progress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39,660 – 668.

Wilcox, W. B., & Wolfinger, N. H. (2008). Living and loving "decent": Religion and relationship quality among urban parents. *Social Science Research*, 37(3), 828- 843.

Wilcox, W., & Nock, S. (2006). What's love got to do with it? Equality, equity, commitment, and women's marital quality. *Social Forces*, 84, 1321–1345.

Williams K, Umberson D. (2004). Marital Status, Marital Transitions, and Health: A Gendered Life Course Perspective. *Journal of Health and Social Behavior* 45:81-98

Williams, B. K., Swayer, S. C., & Wahlstrom, C. M. (2006). Marriages, families and intimate relashionships – A practical introduction. Boston: Pearson Education, Inc.

Wolfinger, N. H., & Wilcox, W. B. (2008*).* Happily ever after? Religion, marital status, gender and relationship quality in urban families. Social Forces, 86 (3), 1311- 1337.

W. Wood, N. Rhodes, M. Whelan (1989) Sex differences in positive well-being: A consideration of emotional style and marital status**.** *Psychological Bulletin*, 106 (1989), pp. 249–264

WEBGRAFIA

Eurostat (2000). European Statistics System. Obtido em 7 de Março, 2014, em http://www. http://epp.eurostat.ec.europa.eu/portal/page/portal/eurostat/home/

APÊNDICES

APÊNDICE A - Protocolo de Investigação

Investigação sobre Satisfação Conjugal, Personalidade e Satisfação com a Vida

A presente investigação insere-se no **Mestrado de Psicologia Clínica e da Saúde**, a decorrer **na Escola de Psicologia e Ciências da Vida da Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias de Lisboa**, sob a orientação da Professora Doutora Bárbara Gonzalez.

No âmbito desta investigação, pretende-se analisar a relação entre as variáveis satisfação conjugal, personalidade e satisfação com a vida em população adulta numa relação de casamento ou união de facto. As ferramentas utilizadas para a recolha de dados são alguns questionários. A análise dos resultados obtidos visa obter uma melhor compreensão das relações conjugais para futuramente permitir uma melhor intervenção neste âmbito.

Para que tal estudo seja possível, a sua colaboração é de um papel fulcral. Toda a investigação segue um padrão de anonimato, sendo que todos os dados aqui recolhidos são totalmente confidenciais. Os mesmos não serão analisados individualmente mas sim conjuntamente com as respostas de outros participantes, com fins unicamente estatísticos.

É indispensável que responda a todas as questões para que os dados possam ser correctamente analisados. Não existem respostas consideradas certas ou erradas, sendo apenas pedido que responda com a máxima sinceridade.

Recorde-se que os questionários devem ser preenchidos individualmente e que o preenchimento dos mesmos leva cerca de 10 a 15 minutos.

Termino agradecendo toda a sua disponibilidade em participar neste estudo, sem a qual ele não seria possível. Lembro também que a qualquer momento pode desistir do processo, tendo apenas que informar da sua desistência.

Os questionários que irá, de seguida, encontrar apresentam logo no início, instruções que o auxiliarão no respectivo preenchimento.

Por favor, vire a página e comece a responder. Leia com atenção as questões e responda a todas elas.

Muito obrigada!

APÊNDICE B – Questionário Sócio-Demográfico

Questionário Geral/Dados Sócio-Demográficos Questionário

Data____/____/____

É muito importante que leia atentamente e responda a todas as questões. Deixar questões em branco inutiliza todo o questionário e impossibilita que as suas respostas sejam incluídas na investigação. Quando não tiver a certeza acerca de um valor ou resposta, por favor, responda com dados aproximados.

1. Sexo

- ☐ Masculino
- ☐ Feminino

2. Idade:

.....

3. Nacionalidade:

.....

4. Estado Civil:

- ☐ Solteiro(a)
- ☐ União de Facto
- ☐ Casado(a)
- ☐ Divorciado(a)
- ☐ Viúvo(a)

5. Habilitações Literárias:

- 1ºCiclo (1ª à 4ª classe)
- 2º Ciclo (5º ao 6º ano)
- 3º Ciclo (7º ao 9º ano)
- Ensino Secundário (10º ao 12º ano)
- Frequência Universitária
- Licenciatura
- Mestrado/Doutoramento

6. Situação Profissional:

- Empregado(a)
- Desempregado(a)
- Reformado(a)
- Estudante

Estudante-Trabalhador

Outro:…….

7. Profissão:

.....

8. Filhos:

- Sim
- Não

9. Se sim, especifique o número:

.....

10. No caso de ter tido mais que uma união/casamento, especifique se tem filhos:

- De uma união/casamento anterior
- Da presente união/casamento
- De ambas as relações

11. Tem alguma doença física que afecte significativamente a sua qualidade de vida?

- Não
- Sim.

Qual?.....

12. Tem alguma doença mental ou problema psicológico diagnosticado?

- Não
- Sim. Qual?.....

ANEXOS

ANEXO 1 - Escala de Avaliação da Satisfação em Áreas da Vida Conjugal

EASAVIC

(Isabel Narciso & Maria Emília Costa, 1996)

Instruções:

Pense na sua relação conjugal. Utilize a seguinte escala de modo a expressar o que sente relativamente a cada expressão:

1- Nada satisfeito (a); 2- Pouco Satisfeito(a); 3- Razoavelmente Satisfeito (a); 4- Satisfeito(a); 5- Muito satisfeito (a); 6- Completamente Satisfeito (a)

Para cada um dos itens, deverá escolher a afirmação da escala que melhor descreve o que sente, rodeando o número correspondente com um círculo.

Por exemplo, se em relação ao item 6, "Quantidade de tempos livres", você se sente completamente satisfeito (a), deverá rodear com um círculo o número 6 da escala.

1.	O modo como gerimos a nossa situação financeira.	1	2	3	4	5	6
2.	A distribuição de tarefas domésticas.	1	2	3	4	5	6
3.	O modo como tomámos decisões.	1	2	3	4	5	6
4.	A distribuição de responsabilidades.	1	2	3	4	5	6
5.	O modo como passamos os tempos livres.	1	2	3	4	5	6
6.	A quantidade de tempos livres.	1	2	3	4	5	6
7.	O modo como nos relacionamos com os amigos.	1	2	3	4	5	6
8.	O modo como nos relacionamos com a família do meu cônjuge.	1	2	3	4	5	6
9.	O modo como nos relacionamos com a minha família.	1	2	3	4	5	6
10.	A minha privacidade e autonomia.	1	2	3	4	5	6
11.	A privacidade e autonomia do meu cônjuge.	1	2	3	4	5	6
12.	A nossa relação com a minha profissão.	1	2	3	4	5	6
13.	A nossa relação com a profissão do meu cônjuge.	1	2	3	4	5	6
14.	A frequência com que conversamos.	1	2	3	4	5	6
15.	O modo como conversamos.	1	2	3	4	5	6
16.	Os assuntos sobre os quais conversamos.	1	2	3	4	5	6
17.	A frequência dos conflitos que temos.	1	2	3	4	5	6
18.	O modo como resolvemos os conflitos.	1	2	3	4	5	6
19.	O que sinto pelo meu cônjuge.	1	2	3	4	5	6
20.	O que o meu cônjuge sente por mim.	1	2	3	4	5	6
21.	O modo como expresso o que sinto pelo meu cônjuge.	1	2	3	4	5	6
22.	O modo como o meu cônjuge expressa o que sente por mim.	1	2	3	4	5	6
23.	O desejo sexual que sinto pelo meu cônjuge.	1	2	3	4	5	6
24.	O desejo sexual que o meu cônjuge sente por mim.	1	2	3	4	5	6
25.	A frequência com que temos relações sexuais.	1	2	3	4	5	6
26.	O prazer que sinto quando temos relações sexuais.	1	2	3	4	5	6
27.	O prazer que o meu cônjuge sente quando temos relações	1	2	3	4	5	6

	sexuais.						
28.	A qualidade das nossas relações sexuais.	1	2	3	4	5	6
29.	O apoio emocional que dou ao meu cônjuge.	1	2	3	4	5	6
30.	O apoio emocional que o meu cônjuge me dá.	1	2	3	4	5	6
31.	A confiança que tenho no meu cônjuge.	1	2	3	4	5	6
32.	A confiança que o meu cônjuge tem em mim.	1	2	3	4	5	6
33.	A admiração que sinto pelo meu cônjuge.	1	2	3	4	5	6
34.	A admiração que o meu cônjuge sente por mim.	1	2	3	4	5	6
35.	A partilha de interesses e atividades.	1	2	3	4	5	6
36.	A atenção que dedico aos interesses do meu cônjuge.	1	2	3	4	5	6
37.	A atenção que o(a) meu (minha) companheiro(a) dedica aos meus interesses.	1	2	3	4	5	6
38.	Os nossos projetos para o futuro.	1	2	3	4	5	6
39.	As minhas expectativas quanto ao futuro da nossa relação.	1	2	3	4	5	6
40.	As expectativas do(a) meu (minha) companheiro(a) quanto ao futuro da nossa relação.	1	2	3	4	5	6
41.	O aspecto físico do(a) meu (minha) companheiro(a).	1	2	3	4	5	6
42.	A opinião que o/a meu (minha) companheiro(a) tem sobre o meu aspecto físico.	1	2	3	4	5	6
43.	As características e hábitos do(a) meu (minha) companheiro(a).	1	2	3	4	5	6
44.	A opinião que o(a) meu (minha) companheiro(a) tem sobre as minhas características e hábitos.	1	2	3	4	5	6

ANEXO 2 - NEO Five-Factor Inventory

NEO-FFI Lima &Simões (2000)

Leia cuidadosamente cada uma das afirmações que se seguem e assinale com uma cruz (X) o que melhor representa a sua opinião. Responda a todas as questões.

Discordo Fortemente	Discordo	Neutro	Concordo	Concordo Fortemente
0	1	2	3	4

		0	1	2	3	4
1.	Não sou uma pessoa preocupada.					
2.	Gosto de ter muita gente à minha volta.					
3.	Não gosto de perder tempo a sonhar acordado(a).					
4.	Tento ser delicado com todas as pessoas que encontro.					
5.	Mantenho as minhas coisas limpas e em ordem.					
6.	Sinto-me muitas vezes inferior às outras pessoas.					
7.	Rio facilmente.					
8.	Quando encontro uma maneira correcta de fazer qualquer coisa não mudo mais.					
9.	Frequentemente arranjo discussões com a minha família e colegas de trabalho.					
10.	Sou bastante capaz de organizar o meu tempo de maneira a fazer as coisas dentro do prazo.					
11.	Quando estou numa grande tensão sinto-me, às vezes, como se me estivessem a fazer em pedaços.					
12.	Não me considero uma pessoa alegre.					
13.	Fico admirado(a) com os modelos que encontro na arte e na natureza.					
14.	Algumas pessoas pensam que sou invejoso(a) e egoísta.					
15.	Não sou uma pessoa muito metódica (ordenada).					
16.	Raramente me sinto só ou abatido(a).					
17.	Gosto muito de falar com as outras pessoas.					
18.	Acredito que deixar os alunos ouvir pessoas, com ideias discutíveis, só os pode confundir e desorientar.					
19.	Preferia colaborar com as outras pessoas do que competir com elas.					
20.	Tento realizar, conscienciosamente, todas as minhas obrigações.					
21.	Muitas vezes sinto-me tenso(a) e enervado(a).					
22.	Gosto de estar onde está a acção					
23.	A poesia pouco ou nada me diz.					
24.	Tendo a ser descrente ou a duvidar das boas intenções dos outros.					
25.	Tenho objetivos claros e faço por atingi-los de uma forma ordenada.					
26.	Às vezes sinto-me completamente inútil.					
27.	Normalmente prefiro fazer as coisas sozinho(a).					
28.	Frequentemente experimento comidas novas e desconhecidas.					
29.	Penso que a maior parte das pessoas abusa de nós, se as deixarmos.					
30.	Perco muito tempo antes de me concentrar no trabalho.					
31.	Raramente me sinto amedrontado(a) ou ansioso(a).					
32.	Muitas vezes, sinto-me a rebentar de energia.					

33.	Poucas vezes me dou conta da influência que diferentes ambientes produzem nas pessoas.					
34.	A maioria das pessoas que conheço gostam de mim.					
35.	Trabalho muito para conseguir o que quero.					
36.	Muitas vezes aborrece-me a maneira como as pessoas me tratam.					
37.	Sou uma pessoa alegre e bem disposta.					
38.	Acredito que devemos ter em conta a autoridade religiosa quando se trata de tomar decisões respeitantes à moral.					
39.	Algumas pessoas consideram-me frio(a) e calculista.					
40.	Quando assumo um compromisso podem sempre contar que eu o cumpra.					
41.	Muitas vezes quando as coisas não me correm bem perco a coragem e tenho vontade de desistir.					
42.	Não sou um(a) grande optimista.					
43.	Às vezes ao ler poesia e ao olhar para uma obra de arte sinto um arrepio ou uma onda de emoção.					
44.	Sou inflexível e duro(a) nas minhas atitudes.					
45.	Às vezes não sou tão seguro(a) ou digno(a) de confiança como deveria ter.					
46.	Raramente estou triste ou deprimido(a).					
47.	A minha vida decorre a um ritmo rápido.					
48.	Gosto pouco de me pronunciar sobre a natureza do universo e da condição humana.					
49.	Geralmente procuro ser atencioso(a) e delicado(a).					
50.	Sou uma pessoa aplicada, conseguindo sempre realizar o meu trabalho.					
51.	Sinto-me, muitas vezes, desamparado(a), desejando que alguém resolva os meus problemas por mim.					
52.	Sou uma pessoa muito activa.					
53.	Tenho muita curiosidade intelectual.					
54.	Quando não gosto das pessoas faço-lhe saber.					
55.	Parece que nunca consigo ser organizado(a).					
56.	Já houve alturas em que fiquei tão envergonhado(a) que desejava meter-me num buraco.					
57.	Prefiro tratar da minha vida a ser chefe das outras pessoas.					
58.	Muitas vezes dá-me prazer brincar com teorias e ideia abstractas.					
59.	Se for necessário não hesito em manipular as pessoas para conseguir aquilo que quero.					
60.	Esforço-me por ser excelente em tudo o que faço.					

ANEXO 3 - Satisfaction with Life Scale

SWLS

(Diener et al., 1985); (Simões, 1992)

Esta escala compreende cinco frases com as quais poderá concordar ou discordar. Utilize a escala de 1 a 5 e marque um cruz (X) no quadrado que melhor indica a sua resposta.

	Discordo Muito (1)	**Discordo Pouco (2)**	**Não Concordo Nem Discordo (3)**	**Concordo um Pouco (4)**	**Concordo Muito (5)**
1. A minha vida parece-se, em quase tudo, com o que eu desejaria que fosse.					
2. As minhas condições de vida são muito boas.					
3. Estou satisfeito(a) com a minha vida.					
4. Até agora, tenho conseguido as coisas importantes da vida, que eu desejaria.					
5. Até agora, tenho conseguido as coisas importantes da vida, que eu desejaria.					