

MARIANA BATISTA RACHA CORREIA

**ESTUDO DAS RELAÇÕES ENTRE A VINCULAÇÃO, EMPATIA,
ASSERTIVIDADE E SATISFAÇÃO NAS RELAÇÕES DE CASAL**

Orientador: Marina Carvalho

**Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias
Escola de Psicologia e Ciências da Vida**

**Lisboa
2015**

MARIANA BATISTA RACHA CORREIA

**ESTUDO DAS RELAÇÕES ENTRE A VINCULAÇÃO, EMPATIA,
ASSERTIVIDADE E SATISFAÇÃO NAS RELAÇÕES DE CASAL**

Dissertação defendida em provas públicas
para a obtenção do Grau de Mestre
do 2º Ciclo em Psicologia Clínica e da Saúde
conferido pela Universidade Lusófona de
Humanidades e Tecnologias no dia 24 de Junho
com o Despacho Reitoral nº 205/2016 com a seguinte
composição:
Presidente- Professora Doutora Bárbara Gonzalez
Arguente – Professor Doutora Neuza Silva
Orientadora: Professora Doutora Marina Carvalho

**Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias
Escola de Psicologia e Ciências da Vida**

**Lisboa
2015**

Se contemplarmos o nosso mundo adulto, a partir do ponto de vista das suas raízes na infância, compreenderemos a forma como a nossa mente, os nossos hábitos e as nossas atitudes foram sendo construídas, desde a mais tenra idade, a partir das fantasias e emoções infantis, até chegar às manifestações adultas mais complexas e elaboradas. Não podemos chegar a nenhuma outra conclusão, a não ser que, nada que alguma vez tenha existido no inconsciente, chega a perder, por completo, a sua influência sobre a personalidade.

Melanie Klein

Àquele que na sua infinita bondade e sabedoria, sempre, nos faz crescer,

Deus!

Agradecimentos

Sincera gratidão com todos aqueles envolvidos neste projeto:

À Professora Doutora Marina Carvalho, pelos conhecimentos transmitidos, pela motivação e exemplo de determinação que me ajudaram a alcançar este objetivo. Muito obrigada.

Aos outros Professores que me acompanharam ao longo deste percurso.

Aos meus colegas de curso, uma pessoa em especial, a quem fico grata pela partilha e ajuda. Foram fantásticos.

Aos meus amigos que sempre acreditaram que eu iria chegar até aqui. Obrigada pelo vosso carinho e apoio.

À minha família que me ajudou e suportou nos momentos de impaciência, stress, ausência e por tudo...São os meus amores, sempre serão.

E a Deus, em Quem creio profundamente, sem O qual jamais teria escrito estas palavras...

A Ele e a todos a minha imensa gratidão!

Resumo

A presente investigação teve como objetivo estudar as relações entre a vinculação, empatia, assertividade e satisfação nas relações de casal numa amostra constituída por 50 casais heterossexuais, com uma média de idades de 38.42 anos ($DP = 10.0$, mulheres) e 40.49 anos ($DP = 9.95$, homens) e com uma duração média de relacionamento de 2.72 anos ($DP = 2.64$) que preencheram um protocolo composto pela

Escala de Vinculação (Hazan, & Shaver, 1987 - versão modificada Carvalho (2007); o Índice de Reatividade Interpessoal Davis, 1983 - adaptação portuguesa de Limpo, Alves. & Castro, 2010); a Escala de Comportamento Interpessoal, versão reduzida (Arrindell & van den Ende, 1985 - versão reduzida de Vagos & Pereira, 2010) e a Escala de Ajustamento Diádico Revista (Busby, Cristensen, Crane & Larson, -1995-, versão Portuguesa de Pereira (2004).

Os resultados obtidos mostraram a existência de associações entre a empatia, assertividade e satisfação conjugal.

As mulheres, foram encontradas correlações positivas entre a assertividade e a empatia e correlações negativas entre a satisfação conjugal e assertividade. Os homens, verificaram-se associações positivas entre a assertividade e a satisfação conjugal.

As comparações entre grupos demonstraram que as mulheres são mais empáticas do que os homens.

Foram obtidos como preditores do Comportamento Interpessoal para o género feminino, a preocupação empática, e para o género masculino, a coesão e a tomada de perspetiva.

Os resultados foram discutidos de acordo com a literatura.

Palavras-chave: Vinculação, Empatia, Assertividade, Satisfação Conjugal

Abstract

This research aimed to study the relationship between attachment, empathy, assertiveness and satisfaction in couple relationships in a sample of 50 heterosexual couples, with an average age of 38.42 years ($SD = 10.0$, women) and 40.49 years ($SD = 9.95$, men) with an average duration of 2.72 years relationship ($SD = 2.64$) who met a protocol composed by

Bonding Scale (Hazan & Shaver, 1987 - modified version Carvalho (2007), the Interpersonal Reactivity Index Davis, 1983 - Portuguese adaptation of Clean, Alves & Castro, 2010.); Interpersonal Behavior Scale, reduced version (van den Ende & Arrindell, 1985 - reduced version of Vagos & Pereira, 2010) and the Dyadic Adjustment Scale Revised (Busby, Cristensen, Crane & Larson, -1995-, Portuguese version of Pereira (2004).

The results showed the existence of associations between empathy, assertiveness and marital satisfaction.

Women were found to have positive correlations between assertiveness and empathy and negative correlations between marital satisfaction and assertiveness. In men there were positive associations between assertiveness and marital satisfaction.

Comparisons between groups showed that women in the context of the relationship are more empathetic than men.

Results obtained as predictors of Interpersonal Behavior for the female gender were empathic concern and for the male gender, cohesion and perspective taking.

Results were discussed according to the literature.

Keywords: Attachment, Empathy, Assertiveness, Marital Satisfaction

SIGLAS E SÍMBOLOS

% - Percentagem

χ^2 - Qui-Quadrado

β – Beta

AS - Attachment Scale

AD - Ajustamento Diádico

CS - Competência Social

ECI-R - Escala de Comportamento Interpessoal - Reduzida

HS - Habilidades Sociais

IRI - Índice de Reatividade Interpessoal

M - Média

MID - Modelos Internos Dinâmicos

DP – Desvio Padrão

p – Significância

R-DAS - Escala de Ajustamento Diádico - Revista

SC - Satisfação Conjugal

t – t de Student

Índice Geral

Introdução	13
Capítulo I - Enquadramento Teórico	17
1. 1.Vinculação	18
1.1.2. Origens, desenvolvimento e investigação	18
1.1.3. Comportamentos de Vinculação.....	21
1.1.4. Modelos Internos Dinâmicos.....	23
2. Habilidades Sociais	25
2.1. Competência Social e Habilidade Social.....	26
3. Empatia.....	28
3.1. Origem e desenvolvimento do Conceito	31
3.2. Modelos teóricos da Empatia	32
4. Assertividade	36
4.1. Assertividade vs Passividade vs Agressividade	37
4.2 Treino de Habilidades Sociais - Modelos explicativos	38
5. Satisfação Conjugal	41
Capítulo II - Relações entre a vinculação, empatia, assertividade e satisfação	45
conjugal	45
Capítulo III - Pertinência do estudo objetivos e hipóteses.....	53
3.1 Pertinência do estudo.....	54
3.2 Objetivos.....	56
3.3 Hipóteses	57
Capítulo IV -Metodologia	58
4.1. Participantes	59
4.2. Descrição dos Instrumentos.....	60
4.2.1 Escala de Comportamento Interpessoal (ECI-R)	60

4.2.2 O Índice de Reatividade Interpessoal (IRI)	60
4.2.3. Escala de Ajustamento Diádico Revista (R-DAS)	61
4.2.4. Attachment Scale (AS)	62
5. Procedimento	62
Capítulo V - Resultados	64
5.1. Comparações entre casais	65
5.1.1. Diferenças de género para os estilos de vinculação	65
5.1.2 Diferença em função do casal para a empatia, assertividade e satisfação conjugal	65
5.1.3. Relações entre a vinculação, empatia, assertividade e satisfação conjugal	68
5.1.4. Relações entre a empatia, assertividade e satisfação conjugal em função do género	69
5.1.5. Análise dos fatores preditores do Somatório total do Comportamento Interpessoal	71
Capítulo VI - Discussão	72
6.1. Interpretação dos resultados	73
6.1.1. Comparações entre géneros/casais	74
6.1.2. Correlações	76
6.2. Limitações	78
6.3. Sugestões	79
6.4. Implicações para a prática clínica	79
Conclusão	82
Referências Bibliográficas	84
ANEXOS -	I
Anexo I - Pedido de Consentimento Informado	I
Anexo II - Questionário sociodemográfico	II
Anexo III - Escala de Vinculação - Attachment Scale (AS)	III

Anexo V - Escala de Ajustamento Diádico Revista (R-DAS)	IV
Anexo VI - O Índice de Reatividade Interpessoal (IRI)	V

Índice de Tabelas

Tabela 1 - Análise das variáveis sócio demográficas em função do género	59
Tabela 2 - Associação dos estilos de vinculação em função do género	65
Tabela 3 - Resultados dos testes t para amostras emparelhadas para o somatório total das variáveis em estudo para os casais.	66
Tabela 4 - Diferenças em função dos estilos de vinculação para a empatia e assertividade (homens)	66
Tabela 5 - Diferenças dos estilos de vinculação para a empatia e assertividade (mulheres).....	67
Tabela 6 - Relações entre o somatório da empatia, ajustamento diádico, vinculação e assertividade para o género feminino.	68
Tabela 7 - Relações entre o somatório da empatia, ajustamento diádico, vinculação e assertividade para o género masculino	69
Tabela 8 - Relação entre a assertividade e empatia para o género masculino.....	69
Tabela 9 - Relação entre a assertividade e empatia para o género feminino.....	70
Tabela 10 - Relação entre assertividade e a satisfação conjugal para o género masculino.....	71
Tabela 11 - Preditores do comportamento interpessoal para o género feminino	71
Tabela 12 - Preditores do comportamento interpessoal para o género masculino	72

Introdução

A Teoria da Vinculação comprova a importância das relações humanas e os seus efeitos no desenvolvimento e no bem-estar do ser humano. A investigação neste âmbito demonstra que o ser humano é motivado desde a nascença para se relacionar com os outros e criar vínculos com uma figura significativa (Ainsworth, 1984 & Bowlby1969).

Neste sentido, os contributos de Bowlby (1969) e Ainsworth (1958) conduziram à conclusão de que as representações desta relação singular são interiorizadas pela criança a partir das quais esta constrói um modelo psíquico que permanecerá e influenciará o seu desenvolvimento ao longo do tempo.

Deste modo, a vinculação aos pais refletir-se-á na qualidade da interação das relações com os pares nomeadamente nas relações íntimas. A natureza da relação precoce torna-se um modelo para relações posteriores contribuindo para o desenvolvimento de expectativas e crenças sobre si e sobre os outros as quais influenciam, igualmente, a competência social e o bem-estar ao longo da vida (Skolnick, 1986¹, citado por Collins, & Read, 1990).

Segundo Hazan & Shaver (1994), na idade adulta a vinculação é essencialmente dirigida para as relações de casal. Sabe-se que as relações íntimas são das relações mais significativas e desejadas entre os seres humanos. Representam uma das principais formas de relacionamento do indivíduo (Narciso & Ribeiro, 2009). A conjugalidade exerce um forte impacto no bem-estar psicológico e social dos sujeitos (Costa, 2005). A investigação demonstra que menor índice de mortalidade, menor incidência de comportamentos de risco e índices elevados de bem-estar e saúde mental e baixos níveis de comportamento antissocial estão associados a casamentos satisfatórios (Narciso & Ribeiro, 2009). Na população casada os casos de internamento devido a problemas de saúde física e mental são, consideravelmente, mais baixos do que na população não casada. Neste sentido, o casamento (ou união de fato) parece oferecer funções protetoras visto que a ligação e a intimidade que se estabelecem com alguém significativo promovem a autoestima e a autoconfiança constituindo uma excelente base para a gestão do *stress*. O amor e o casamento parecem ser o motivo central de felicidade individual na vida. A satisfação conjugal parece cooperar mais para o bem-

¹ Skolnick, A. (1986). Early attachment and personal relationships across the life course. *Life Span Development*

estar individual do que razões profissionais e bem materiais e financeiros conjuntamente. A conjugalidade para a maior parte dos homens e mulheres é o relacionamento mais íntimo que se estabelece voluntariamente (Narciso & Ribeiro, 2009).

No contínuo da teoria da vinculação, estabelecendo uma ponte entre os padrões precoces e os que se estabelecem na idade adulta, mais propriamente, no âmbito da conjugalidade, salienta-se a importância das competências sociais nomeadamente a empatia e assertividade, temas estudados no presente estudo.

As habilidades sociais desenvolvem-se logo a partir das primeiras interações. Por exemplo, Preston e de Waal (2002) consideram que a empatia é influenciada pelas relações de vinculação em fases prematuras de desenvolvimento, logo desde que a criança começa a identificar as emoções através das interações com a mãe. Este tipo de competências assume um importante papel nessa fase e posteriormente na dinâmica das relações conjugais.

Pesquisas realizadas por Falcone e Ramos² sugerem que interações agradáveis e satisfação pessoal surgem do ajustamento entre as habilidades empáticas e as habilidades assertivas. A empatia faz com que o outro se sinta valorizado e compreendido facilitando a interação. Contudo ser empático em demasia abdicando frequentemente das próprias necessidades pode causar frustração. Assim, a combinação destas competências parece promover maior satisfação do que a ação de cada uma isoladamente.

Del Prette e Del Prette (2001) também consideram que as aptidões pessoais e sociais como a empatia e a assertividade são essenciais para relações interpessoais bem-sucedidas, nomeadamente, as relações de casal. Estas habilidades, entre outras, contribuem significativamente para a qualidade da relação e por conseguinte para a satisfação conjugal. Diferentes autores referem que conflitos conjugais parecem estar relacionados com a qualidade da vinculação aos pais e com o desenvolvimento de competências sociais (Amato, Loomis, & Booth, 1995).

Desta forma, numa perspetiva desenvolvimentista os problemas conjugais estarão na origem de interações pobres em fases precoces (Jeffry & Overall, 2014;

² Falcone, E. M. O., & Ramos, D. M. (2005). A atribuição como componente cognitivo das habilidades sociais e seu impacto na satisfação conjugal. Em H. J. Guilhardi & N. C. Aguirre (Orgs.), *Sobre comportamento e cognição: questionando e ampliando a teoria e as intervenções clínicas em outros contextos* (pp. 182-191).

Simpson, Collins & Salvatore, 2011) que se refletem em défices ao nível das competências pessoais e sociais interferindo, assim, na qualidade da relação conjugal (Sardinha, Falcone, & Ferreira, 2009).

Tendo em conta a complexidade das interações entre estas variáveis e o seu impacto no contexto conjugal, pretendeu-se cooperar para uma melhor compreensão e conhecimento dos temas e contribuir para a promoção de estratégias de intervenção e prevenção de dificuldades e/ou ruturas conjugais.

Centrado nas relações entre a vinculação, empatia, assertividade e satisfação conjugal, o estudo organiza-se em seis capítulos.

O primeiro é dedicado ao enquadramento teórico onde é realizada a abordagem dos principais conceitos da vinculação, empatia, assertividade e satisfação conjugal. No segundo capítulo, tenta-se perceber a relação existente entre estes conceitos. Neste capítulo são, também, apresentados diversos estudos empíricos que comprovam estas relações.

O terceiro capítulo inclui a exposição e fundamentação teórica dos objetivos e hipóteses, seguindo-se o capítulo quatro referente ao método de investigação onde são descritas as características da amostra e o processo de amostragem, instrumentos e desenho de investigação. No quinto capítulo são apresentados os resultados relativos às comparações e correlações entre as variáveis. Encerramos a dissertação com o sexto capítulo onde são discutidos os resultados e apresentadas as conclusões bem como as limitações do estudo e futuras direções.

Em relação às citações e referências bibliográficas o presente estudo segue as normas da American Psychological Association (American Psychological Association, 2001).

No que refere à formatação foram utilizadas as Normas para elaboração e apresentação de teses e dissertações da Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias (Primo & Mateus, 2008).

Capítulo I - Enquadramento Teórico

1. 1. Vinculação

A vinculação é uma ligação emocional permanente que se estabelece entre o bebê e a figura humana que lhe presta cuidados básicos, segurança e proteção sendo um pré-requisito para a sobrevivência da criança. Ao longo do primeiro ano de vida a criança estabelece uma relação recíproca e privilegiada com a figura cuidadora normalmente a mãe que adquire o estatuto de figura de vinculação (Bowlby, 1980).

1.1.2. Origens, desenvolvimento e investigação

Bowlby e Ainsworth foram os precursores da teoria da Vinculação. Com base em determinados conceitos - etologia, cibernética, teoria do processamento de informação, psicologia do desenvolvimento e psicanálise, Bowlby construiu os fundamentos elementares da teoria (Bretherton, 1992) que, contribuíram para revolucionar o pensamento acerca dos laços que se estabelecem entre o bebê e a mãe e, a sua interrupção através da separação, da privação e do luto. Por sua vez Ainsworth através de uma metodologia inovadora tornou possível testar empiricamente algumas das ideias de Bowlby cooperando para a expansão da própria teoria (Bretherton, 1992).

A teoria surge das observações feitas por Bowlby dos efeitos da carência de cuidados afetivos no desenvolvimento da personalidade de crianças institucionalizadas. Segundo o autor, a privação de cuidados maternos estaria relacionada com trajetórias de vida adversas como a delinquência constatada em muitos jovens institucionalizados (Bowlby, 1969;1980).

Através de evidências empíricas uma das maiores conclusões a que Bowlby chegou foi que para um desenvolvimento mental saudável, a criança deverá desfrutar de uma relação de intimidade calorosa e estável com a mãe ou outra figura significativa, na qual ambas possam encontrar satisfação (Bowlby, 1951).

As atribuições de Bowlby contrariaram as explicações psicanalíticas que, até então, atribuíam um papel fundamental à satisfação das carências alimentares no bem-estar psicológico das crianças. Nesta trajetória o autor faz menção a diversos estudos que apresentavam resultados incoerentes. Relatos de crianças privadas da figura materna mas com as necessidades alimentares satisfeitas evidenciavam, ainda assim,

sinais de perturbação psicológica, a saber, letargia emocional ou isolamento social (Burlingham & Freud, 1942³; Heinicke, 1956⁴; Provence & Lipton, 1962⁵, citado por Soares, Martins & Tereno, 2009). A escola psicanalítica atribuía a origem dos problemas emocionais ao papel das fantasias e dos conflitos internos em prejuízo do processo de construção de vínculos (Bretherton, 1991;1992). Bowlby acabou por se distanciar da sua formação psicanalítica, privilegiando o processo de construção de vínculos afetivos entre a criança e a mãe e o impacto da quebra dos vínculos no desenvolvimento da personalidade da criança (Feeney & Hanrahan, 1994). Em trabalhos desenvolvidos na clínica Tavistock, o autor e a sua equipa tentaram demonstrar os efeitos nocivos na criança quando por motivos de saúde era hospitalizada e separada dos pais, trazendo a público a discussão sobre os cuidados de saúde praticados nos serviços pediátricos dos hospitais da época, práticas consideradas inadequadas no que respeita ao desenvolvimento e bem-estar da criança (Bowlby, 1960 & Bowlby, Robertson & Rosenbluth, 1952⁶, citado por Barros, 1998).

No primeiro volume da sua trilogia *Attachmet and Loss* (1969), Bowlby apresenta um quadro teórico explicativo do modo como os padrões de resposta e funcionamento na infância, durante o processo da formação do vínculo afetivo, se relacionam com as trajetórias de desenvolvimento adaptativas e/ou desadaptativas e, evidências empíricas que sustentam estas relações. Foi o início da construção da teoria, tendo contribuído para uma visão mais ampla em relação ao processo de construção da vinculação e mais tarde em relação à separação e à perda (Bowlby,1973, 1980).

Relativamente ao contributo da Etologia na conceptualização da teoria de Bowlby, o mesmo resulta de trabalhos realizados por Konrad Lorenz e Harlow com animais, patos, gansos e macacos rhesus, respetivamente. Estes trabalhos confirmam a importância do conforto, da proximidade com a figura materna e dos laços sociais no desenvolvimento das relações afetivas entre o bebé e a mãe (Bowlby, 1958, 1988; Ainsworth & Bowlby, 1991).

³ Burlingham, D., & Freud, A. (1942). *Young Children in wartime*. London: Allen & Unwin.

⁴ Heinicke, C. (1956). *Some effects of separating two-year-old children from their parents: A comparative study*. Human Relations, 9, 105-176.

⁵ Provence, S., & Lipton, R. C. (1962). *Infants rare in institutions*. New York: International Universities Press.

⁶ (Bowlby J., Robertson, J., & Rosenbluth, D. (1952). A Two years old goes to hospital. *The Psychoanalytic Study of the Child, VII*, 82-94.

Posteriormente, na década de 70, os contributos de Bowlby são consolidados pelos estudos de Ainsworth acerca da qualidade das interações entre o bebé e a mãe, em contexto naturalista e laboratorial (Ainsworth 1967⁷; 1977⁸, citado por Soares, 2009).

A contribuição de Ainsworth é decisiva no âmbito da metodologia em relação à construção de procedimentos para recolha de dados, o que fundamenta as questões conceptuais e clínicas de Bowlby (Soares, 2009). Por outro lado, as investigações de Ainsworth no Uganda (1963,1967) e mais tarde em Baltimore (1977), conduziram à elaboração do procedimento experimental (Soares, 2009) conhecido como *Situação Estranha* (Ainsworth, Blehar, Waters, & Wall 1978⁹, citado por Soares 2009). Este procedimento traduz-se no interesse em relação ao método laboratorial padronizado, articulado simultaneamente com o método longitudinal em contexto naturalista (Soares, 2009). Nesta segunda etapa ficam, então, assentes os pontos fulcrais da metodologia no estudo da vinculação, descritos conforme a autora por uma “abordagem-multi”: momentos, contextos, métodos, observadores.” (Soares, 2009; p 16).

A *Situação Estranha* afirma-se com um marco importante no desenvolvimento da teoria uma vez que ao permitir estudar as diferenças individuais na organização dos comportamentos de vinculação promoveu a exploração criativa no campo empírico em relação a certas questões que Bowlby havia referido no decurso do seu trabalho (Soares, 2009).

O conjunto estandardizado de episódios de separação e reunião, característicos da *situação estranha*, permitem identificar modelos ou categorias que mostram diferentes reações comportamentais na criança (Segura, Insegura/Evitante e Insegura/Ambivalente) em relação à figura de vinculação (Ainsworth, et al, 1978). Estas reações comportamentais estão associadas aos comportamentos regulares da figura de vinculação, especialmente à acessibilidade e responsividade em resposta aos sinais e pedidos de proteção e conforto por parte da criança (Bretherton, 1992).

Os trabalhos de Ainsworth destacaram a importância do conceito de segurança na interação entre o bebé e a mãe, considerando a figura da mãe uma base segura a

⁷ Ainsworth, M. (1967). Infancy in Uganda: Infant care and the growth of love. *Baltimore: Johns Hopkins University Press*.

⁸ Ainsworth, M. (1977). Infant development and mother-infant interaction among Ganda and American families. In P. H. Leiderman & S. Tulkin (Eds.), *Culture and infancy: Variations on human experience*. New York: Academic Press.

⁹ Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the Strange Situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

partir da qual a criança sente confiança e segurança para explorar o mundo (Ainsworth e Bowlby 1991).

1.1.3. Comportamentos de Vinculação

Os estudos de Bowlby em torno da formulação da Teoria da Vinculação evidenciam a importância dos aspetos relacionais no desenvolvimento psicológico do indivíduo, enfatizando a necessidade do ser humano de estabelecer relações de proximidade que lhe garantam segurança e proteção ao longo do seu percurso de vida (Ainsworth & Bowlby, 1991; Bretherton, 1992). O sujeito explora o *self* e o mundo a partir dos vínculos emocionais que estabelece desde o nascimento. Estes vínculos constituem-se como uma necessidade básica sentida por todos os seres humanos a partir dos quais se desenvolvem os comportamentos de vinculação responsáveis, em grande parte, pela sobrevivência do indivíduo (Bretherton, 1992).

O repertório de comportamentos de procura de proximidade - agarrar, chupar, chorar, sorrir, face aos cuidadores, do qual o indivíduo é dotado à nascença, inicialmente, é mais ou menos direcionado de forma independente e indiscriminada. No decurso do desenvolvimento, estes comportamentos biologicamente programados vão sendo direcionados para uma figura central, a qual a criança percebe como a pessoa com maior capacidade a nível físico e psicológico para satisfazer as suas necessidades de segurança e proteção (Ainsworth & Bowlby, 1991).

A sobrevivência do indivíduo e aptidão para explorar e se adaptar ao mundo resultam do desempenho dos comportamentos de vinculação. A sua importância é evidente na medida em que a exploração segura do meio é mediada pela proximidade com a mãe ou outra figura de vinculação. Os comportamentos de vinculação do adulto, ou seja, as suas respostas adequadas e frequentes diante destes sinais representam-no perante a criança como uma figura de vinculação promotora de conforto e segurança (Ainsworth & Bowlby, 1991; Bretherton, 1991, 1992). Sempre que se depare com um estímulo considerado ameaçador o sistema de vinculação da criança é ativado e a sua atenção direcionada para a figura de vinculação tida como base segura.

Parece evidente que os alicerces das relações de vinculação se concentram na regulação da segurança, compreendendo-se que o objetivo principal dos

comportamentos de vinculação é a obtenção e a manutenção da proximidade por parte da figura vinculada, criança, com a figura de vinculação, mãe, e, a reposta desta em função do suprimento de segurança, proteção e conforto (Sroufe & Waters, 1977).

Neste seguimento, tendo como base o procedimento laboratorial designado por *situação estranha* e o conceito de *base segura* passamos, então, a especificar os três padrões de vinculação construídos a partir da observação das interações entre a mãe e a criança - (i) *Seguro*, característico de indivíduos que utilizam as figuras de vinculação como base segura e a partir das quais exploram o mundo recorrendo a estas sempre que surge uma crise. Estes indivíduos apresentam níveis baixos de evitamento e ansiedade de separação. Quando separados da mãe facilmente são acalmados após o reencontro; (ii) *ansioso-ambivalente*, refere-se a indivíduos que apresentam níveis elevados de ansiedade e níveis baixos de evitamento, ou seja, manifestam desconforto na presença da mãe e quando separados desta após o seu regresso mantêm-se desconfortáveis, são inconsistentes no investimento e busca de conforto face às figuras de vinculação; (iii) *padrão evitante*, característico de indivíduos que apresentam níveis baixos de ansiedade e níveis altos de evitamento ainda que na presença da mãe. Este padrão, aparentemente, pode ser confundido com autonomia e segurança, no entanto estes sujeitos não buscam conforto e segurança mesmo nas figuras de vinculação. Optam por aliviar as emoções negativas através de investimento pessoal.

As investigações que conduziram á compreensão da distribuição dos padrões de vinculação, encontrados através da *situação estranha*, iniciaram com as observações de Ainsworth¹⁰ (citado por Soares et al., 2009) de 28 díades mãe-bebé observadas durante 7 meses no Uganda. Estes trabalhos permitiram identificar três importantes aspetos comportamentais do bebé na perspetiva da vinculação - uso da mãe como base segura na exploração confiante do meio, perturbação face a breves ausências do dia-a-dia e medo perante estranhos. O trabalho no Uganda é um estudo longitudinal realizado por Ainsworth e colaboradores¹¹ (citado por Soares et al., 2009) permitiram definir os três grupos de organização comportamental acima referidos. Esse estudo consistiu na observação de 26 díades mãe-bebé, no contexto do próprio lar, durante os 3 e os 54

¹⁰ Ainsworth, M. (1967). *Infancy in Uganda: Infant care and the growth of love*. Baltimore: Johns Hopkins University Press.

¹¹ Ainsworth, M., Blehar, M., Waters, W. & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the Strange Situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

meses do bebé, fazendo pausas de três semanas e avaliações, em contexto laboratorial através da *situação estranha*, às 52 semanas. Os resultados provenientes destes trabalhos e de outros realizados em vários países ocidentais, africanos e asiáticos (van Ijzendoorn & Kroonenberg, 1988¹², citado por Soares et al., 2009), indicaram que a maioria dos bebés apresentava padrão seguro, um quinto a um terço padrão inseguro-evitante e uma minoria inseguro-ambivalente/resistente. A salientar que numa primeira fase a maioria dos estudos sobre a vinculação precoce foi realizada com famílias consideradas de baixo risco. Mais tarde procedeu-se ao estudo de amostras consideradas de risco. Main & Solomon, 1990¹³ (citado por Soares, et al., 2009), além dos três padrões anteriormente descritos, identificaram um quarto padrão não classificável pelo método original de Ainsworth e cols., o *padrão desorganizado/desorientado*, característico de indivíduos que demonstram medo e insegurança, apresentam padrões de comportamentos desorganizados, movimentos anormais e estereotipados, apreensão em relação à figura maternal, expressões de confusão, desorientação e desorganização, padrão frequentemente identificado em amostras clínicas e de risco.

1.1.4. Modelos Internos Dinâmicos

“No variables, it can be held, have more far-reaching effects on personality development than have a child’s experiences within his family; for, starting during the first months in his relation with his mother figure, and extending through the years of childhood and adolescence in his relations with both parents, he builds up working models of how attachment figures are likely to behave towards him in any of a variety of situations; and on those models are based all his expectations, and therefore all his plans, for the rest of his life” (Bowlby, 1973, vol II, p. 369).

A teoria da vinculação de Bowlby (1969/1973/1980) pressupõe que as crianças nos primeiros tempos de vida construiriam um conjunto de conhecimentos e expectativas em relação a si e aos outros e, em relação ao mundo denominados *Modelos Internos Dinâmicos* (MID). Numa fase precoce estes modelos representacionais possibilitariam à criança compreender e antever o comportamento e atitude das figuras

¹² van Ijzendoorn, M. H., & Kroonenberg, P. (1988). Cross-cultural patterns of attachment: Universal and contextual dimension. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds). *Handbook of attachment: Theory, Research and clinical applications* (pp. 713-734). New York: Guilford Press.

¹³ Main, M., & Solomon, J. (1998). Discovery of a new insecure-desorganized/disoriented during the Ainsworth Strange Situation? In M.T. Greenberg, D. Cicchetti, & E. M. Cummings (Eds), *Attachment in preschool years. Theory research and intervention* (pp. 121-160). Chicago: Chicago University Press.

de vinculação e, posteriormente, serviriam de modelos de conduta estabelecendo um alicerce para a compreensão de situações relacionais. É, portanto, a partir das interações com as figuras principais e do próprio contexto de vida que o indivíduo desenvolve competências e sentido de valor (Canavarro, Dias & Lima, 2006).

No primeiro ano de vida, o conhecimento e expectativas desenvolvidos pela criança direcionam-se tanto ao comportamento e atitude dessas figuras face às suas necessidades e solicitações como ao *self*, nomeadamente no que respeita ao sentido de valor próprio e influência sobre os outros (Soares & Dias, 2007). Presume-se que diferenças individuais na qualidade desses modelos podem ser atribuídas ao grau de sensibilidade e satisfação das necessidades nessa idade.

Os *Modelos Internos Dinâmicos* constituem-se, assim, representações cognitivas das experiências de prestação de cuidados em idade precoce e desempenham um papel fundamental no que respeita à transmissão intergeracional dos padrões de vinculação (Bretherton, 1992).

No entanto, por serem modelos dinâmicos podem levar a reformulações nas relações de vinculação, anular ou minimizar experiências prévias e admitir uma nova compreensão acerca das experiências anteriores possibilitando mudanças ao longo do ciclo vital (Canavarro, et al 2006). Contudo, os *Modelos Internos Dinâmicos* não mudam facilmente e tendem a funcionar em forma de gatilho, i.e., atuam de forma automática. Mikulincer & Shaver (2007) referem que através destes modelos os indivíduos podem prever relações futuras sem que estas tenham que ser refletidas sempre que surja uma nova pessoa. Uma vez que envolvem memórias seletivas, direcionarão as condutas, as cognições e as emoções do indivíduo. Isto pode levar a um enviesamento da interpretação e da informação das novas interações com as novas figuras de vinculação. O indivíduo pode interpretar a pessoa com quem vier a desenvolver novo vínculo mediante os modelos já existentes repetindo-os ainda que esses modelos não sejam adequados.

Salienta-se, no entanto, que o modo de operacionalização do sistema de vinculação poderá não depender exclusivamente das representações decorrentes dos vínculos precoces, mas também da qualidade dos vínculos atuais (Mikulincer & Shaver, 2007).

2. Habilidades Sociais

O desempenho social tem sido alvo de interesse na Psicologia desde há muito. Todas ou quase todas as teorias do desenvolvimento abordam o tema da socialização e a importância das interações sociais como elementos fundamentais na promoção e manutenção da saúde mental e do desenvolvimento (Del Prette & Del Prette, 1999).

Défices ao nível das Habilidades Sociais (HS) têm repercussões desenvolvimentais e podem inclusivamente comprometer trajetórias de vida futuras. Esta ocorrência, evidenciada por correlações entre os próprios défices e vários problemas psicológicos, nomeadamente os problemas conjugais é motivo de preocupação por parte de vários autores (Bellack & Hersen, 1977¹⁴; Matson & Box¹⁵, 1995, citado por Del Prette & Del Prette, 1999).

A Habilidade Social é uma conceção baseada em constructos que reúnem aptidões ou capacidades específicas manifestas em situações de interação pessoal, que além da componente individual envolvem aspetos mais abrangentes, bem como o contexto em que se dá a interação e os padrões culturais (Argyle, Furnham & Graham, 1981¹⁶, citado por Del Prette & Del Prette, 1999). De facto, Del Prette, & Del Prette (1999) definem HS como o conceito que denomina um conjunto de aptidões comportamentais relacionadas com as interações sociais. Engloba capacidades comunicacionais e de relacionamento interpessoal, entendimento e compreensão dos sentimentos e pensamentos dos outros e comportamentos de cooperação.

Existe uma variedade de fatores envolvidos no comportamento social, o que dá lugar a alguma controvérsia no que respeita à definição dos conceitos. Alguns investigadores fazem distinção entre Competência Social e Habilidade Social outros consideram que ambas fazem parte de um campo mais alargado. Para uma melhor compreensão considerou-se pertinente analisar quais as principais diferenças existente entre os dois conceitos.

¹⁴ Bellack, A.S. & Hersen, M. (1977). Social skills training. *Behavior modification: An introductory textbook* (p. 141-171). Baltimore: The Williams e Wilking Company.

¹⁵ Matson, J.L., Sevin, J.A. & Box, M.L. (1995). Social skills in children. Em: W. O'Donohue & L. Krasner (eds.), *Handbook of psychological skills training: Clinical techniques and applications* (p. 36-53). Nova York: Allyn and Bacon.

¹⁶ Argyle, M. (1981). The nature of social skill. Em: M. Argyle (org.), *Social skills and health*. Londres: Methuen.

2.1. Competência Social e Habilidade Social

O constructo de Habilidade Social é frequentemente usado como Competência Social, mas alguns autores fazem distinções entre estes dois conceitos.

Para (Caballo, 2009) as Competências Sociais fazem parte de um constructo amplo que abrange as Habilidades Sociais, por um lado referem-se a comportamentos direcionados que permitem ao indivíduo interagir com os outros no meio em que vive (Sheridan & Walker, 1999¹⁷, citado por Sheridan & Warnes, 2005), por outro, referem-se à qualidade das interações sociais percebidas pelos outros (Gresham, 1986¹⁸; McFall, 1982¹⁹, citado por Sheridan & Warnes, 2005). Para se ter habilidade social não chega adotar determinados comportamentos sociais é necessário, também, ter a capacidade de os usar de forma aceitável pelos outros (Sheridan & Warnes, 2005). Compreende-se, deste modo, que a CS é um conceito amplo (multidimensional e interativo) descritivo do comportamento social, da compreensão e utilização de habilidades sociais e da aceitação social (Haager & Vaughn, 1995²⁰, Lemos & Meneses 2002).

Já McFall ²¹ (citado por Del Prette & Del Prette, 1999) diferencia Habilidades Sociais e Competências Sociais defendendo que ambas se encontram num modelo mais inclusivo. Segundo o autor existem dois pressupostos inerentes ao conceito de habilidades sociais. O primeiro, presume o comportamento socialmente habilidoso como um traço ou uma característica da personalidade e o segundo como característica do desempenho em determinada situação interpessoal. O primeiro caso define a habilidade social como um atributo congénito do indivíduo; o segundo é visto como uma relação entre o indivíduo e uma situação específica baseada na experiência em diversas interações sociais. Para o autor a CS tem um cunho avaliativo, revela sempre um juízo da própria pessoa ou do outro face às habilidades sociais.

¹⁷ Sheridan, S.M., & Walker, D. (1999). Social skills in context: Considerations for assessment, intervention, and generalization. In C.R. Reynolds & T.B. Gutkin (Eds.), *The handbook of school psychology* (3rd ed., pp. 686–708). New York: Wiley

¹⁸ Gresham, F.M. (1986). Conceptual issues in the assessment of social competence in children. In P.S. Strain, M.J. Guralnick, & H.M. Walker (Eds.), *Children's social behavior: Development, assessment, and modification* (pp.143–179). New York: Academic Press.

¹⁹ McFall, R.M. (1982). A review and reformulation of the concept of social skills. *Behavioral Assessment*, 4, 1– 33.

²⁰ Haager, D., & Vaughn, S. (1995). Parent, teacher, peer, and selfreports of the social competence of students with learning disabilities. *Journal of Learning Disabilities*, 28(4), 205-215.

²¹ McFall, R.M. (1982). A review and reformulation of the concept of social skills. *Behavioral Assessment*; 4, 1-33.

Tal como McFall , Del Prette e Del Prette (2001) também confirmam o carácter avaliativo da Competência Social.

Dodge 1985²² (citado por Lemos & Meneses, 2002) chama a atenção para dois aspetos correntes da Competência Social: a reatividade e a disposição para responder a estímulos ambientais, a atenção, a sensibilidade e a adequação das reações próprias da situação e a eficácia social, ou seja, a aptidão de interagir eficientemente no contexto social, sobretudo por meio de estratégias de resolução de problemas e habilidades sociocognitivas. Estes fatores comuns e outros elementos específicos interagem na construção do comportamento socialmente competente. Assim, a Competência Social não ocorre apenas pela mera presença dos seus componentes, mas também através da interação entre estes. Trata-se, portanto, de um constructo multidimensional, que inclui fatores sociais/interpessoais, cognitivos e emocionais.

No que respeita às Habilidades Sociais Gresham²³ (citado por Loureiro, 2011) confirma tratar-se de comportamentos socialmente aceites, alcançados por meio das aprendizagens, os quais permitem interagir eficazmente com os outros e, ao mesmo tempo, previnem condutas inadmissíveis que podem resultar em interações ineficazes.

Caballo (1997) também sustenta tratar-se de um conjunto de comportamentos praticados de forma adequada, no âmbito do relacionamento interpessoal. Expressam sentimentos, desejos, posturas, opiniões ou direitos do sujeito respeitando também os direitos dos outros. Esta definição está mais direcionada para o conceito de comportamento assertivo, mas também reconhece uma diversidade de aptidões resultantes do constructo das Habilidades Sociais classificadas por «Classes de Resposta» ou «Dimensões». Estas dimensões são descritas pelo iniciar e manter uma conversação, falar em público, expressar amor, prazer, afeto, entre outros, e pela defesa dos próprios direitos, como pedir um favor, recusar um pedido, aceitar um elogio, expressar opiniões, não se sentir na obrigação de responder a solicitações, pedir desculpa, gerir críticas (Del Prette & Del Prette, 1999).

²² Dodge, K.A. (1985). Facets of social interaction and the assessment of social competence in children. Em B. H. Scheider, K. H. Rubin, & J.E. Ledingham (Orgs.), *Children's peer relations: Issues in assessment and intervention* (pp. 9-22). New York: Springer Verlag.

²³ Gresham, F.M. (1981). Social skills training with handicapped children: a review. *Review of Educational Research*, 51, 139-176.

De acordo com Del Prette & Del Prette (2001) as habilidades sociais, entre outros, também incluem o comportamento assertivo e, expõem distintas classes de comportamentos sociais disponíveis no repertório do indivíduo para interagir e responder, adequadamente, às exigências inerentes às situações interpessoais.

Em suma, verifica-se que alguns autores consideram que os conceitos de Habilidade Social e Competência Social são equivalentes como é o exemplo de Caballo (2009) e Gresham (1981). Já McFall (1982) considera que são termos distintos.

Definir o que é uma conduta socialmente hábil tem sido uma problemática para a investigação, sendo impossível desenvolver uma definição consistente de competência social uma vez que esta está, em parte, sujeita a um contexto mutante Caballo (2007). A HS deve ser considerada tendo em conta o ponto de vista cultural. Os padrões de comunicação variam muito, entre culturas e dentro da mesma cultura, dependendo de fatores como, a idade, sexo, classe social, educação, características do próprio indivíduo (por exemplo, valores, crenças, capacidade cognitiva) e do próprio estilo de interação. Também se deve considerar que o grau de eficácia de uma pessoa depende do que ela desejar alcançar na situação particular em que se encontra. A conduta considerada apropriada numa situação pode ser claramente inapropriada noutra (Meichenbaum, Butler & Grudson²⁴, 1981, citado por Caballo, 1997).

Embora a dificuldade em termos de definição dos conceitos é possível sublinhar que as Habilidades Sociais resultam da aprendizagem e abrangem a componente pessoal, situacional e cultural. O conceito de HS tem um caráter descritivo e refere-se ao repertório de comportamentos sociais e a CS tem um caráter avaliativo pelo que qualifica o desempenho do indivíduo nas interações com os outros.

3. Empatia

A capacidade empática em relação às necessidades do outro tem sido considerada como um fator essencial no desenvolvimento psicossocial (Eisenberg,

²⁴ Meichenbaum, D., Butler, L. y Grudson, L.(1981). Toward a conceptual model of social competence. En J. Wine y M. Smye (Comps.), Social competence. Nueva York, Guilford Press

Fabes & Spinrad, 2006²⁵, citado por Kanat-Maymon & Assor, 2010).

Para Eisenberg e Strayer (1992), trata-se de um fenómeno complexo que envolve processos cognitivos (automáticos ou controlados), afetivos e comportamentais motivo pelo qual tem sido alvo de estudo de estudo nas diferentes áreas da psicologia a saber, psicologia evolutiva, social, da personalidade e psicologia clínica (Eisenberg & Strayer, 1992).

Inicialmente a empatia foi observada sob duas perspetivas - uma com ênfase no componente afetivo (Wispé, 1992), a pessoa consegue identificar o sentimento do outro e experienciar a mesma emoção (Hoffman, 1992); a segunda com evidência do componente cognitivo (Strayer, 1992), a pessoa consegue ter a perceção exata dos sentimentos e pensamentos do outro (Ickes, 1997²⁶, citado por Falcone, et al, 2008).

Atualmente a investigação incide sobre uma visão multidimensional da empatia entendida como a capacidade de perceber e partilhar sentimentos, carências e perspetivas do outro, expressando compreensão de modo a que a outra pessoa se sinta compreendida e valorizada. Sob esta perspetiva a empatia é definida como uma habilidade social multidimensional incluindo, portanto, componentes cognitivos, afetivos e comportamentais (Falcone, 2003²⁷, citado por Sardinha, et al., 2009).

Ultimamente, também têm vindo a ser explorados os aspetos neurobiológicos da empatia (Decety & Jackson, 2004; Preston & de Waal, 2002).

Estudos relatam que a forma como o nosso sistema nervoso está organizado e moldado oferece o mecanismo básico para o desenvolvimento de outros mecanismos, nomeadamente, a capacidade para simular as próprias ações, as suas consequências, e também as ações dos outros. Assim, o mecanismo partilhado destas representações (e.g. a distribuição dos padrões neurais temporariamente ativados pela perceção real ou evocada pela memória) deriva da codificação comum entre perceção e ação, e fornece o modo padrão de auto-processamento ou inclinação de se relacionar implicitamente com os outros. No entanto, os autores referem que as predisposições biológicas só

²⁵ Eisenberg, N., Fabes, R. A., & Spinrad, T. L. (2006). Prosocial development. In R. M. Lerner, N. Eisenberg, & W. Damon (Eds.). *Handbook of child psychology: Vol. 3. Social, emotional and personality development* (pp. 646-718). New York: Wiley

²⁶ Ickes, W. (1997). Introduction. Em: W. Ickes (Org.). *Empathic accuracy*. (pp. 1-16). New York: Guilford.

²⁷ Falcone, E. M. O. (2003). Empatia. Em C. N. de Abreu & M. Roso (Orgs.), *Psicoterapias cognitiva e construtivista. Novas fronteiras da prática clínica* (pp.275-287). Porto Alegre: Artmed.

poderão conduzir à maturação da empatia a partir da interação social e dos vínculos afetivos (Decety & Jackson, 2004).

Segundo Hofman (2001), a empatia é um componente indispensável nas relações sociais. Promove o suporte motivacional para eleger comportamentos pró-sociais próprios, auxiliar, consolar, cooperar e compartilhar. Este autor define o conceito como sendo, *“the spark of human concerns for others, the glue that make social life possible. It may be fragile but it has, arguably, endured throughout evolutionary times and may continue as long as humans exist”*. (Hoffman, 2000 p.3).

São vários os estudos que demonstram o impacto social da empatia. A diminuição de separações, relações com maior qualidade (Davis, 1983), ajustamento diádico e níveis de satisfação conjugal mais elevados, são alguns dos efeitos positivos da empatia (Davis & Oathout, 1987²⁸; Sardinha, et. al., 2005). As pessoas empáticas estimulam afeto e simpatia nos outros, são mais populares e ajudam os outros a desenvolver estratégias de resolução de problemas e na diminuição de dificuldades emocionais e psicossomáticas (Burleson, 1985²⁹, citado por Carneiro & Falcone, 2004).

Tem sido também demonstrado que os benefícios da empatia também são dirigidos à pessoa empática. Alguns autores têm relacionado a empatia com a motivação altruísta (Batson³⁰, 1997, citado por Falcone et. al., 2008) na medida em que o altruísmo consiste em prestar ajuda ao outro sem esperar uma compensação, apenas pelo sentimento que daí resulta (Michener, DeLamater & Myers, 2005³¹, citado por Falcone, et. al., 2008).

Apesar de existir alguma controvérsia em relação aquilo que desperta os comportamentos de ajuda, se motivos altruístas ou egoístas, estudos sobre os efeitos do altruísmo demonstraram que este contribui para superar sentimentos de inferioridade e promove a autoconfiança e o sentimento de ser útil (Canale & Beckley, 1999³² citado por Falcone et. al., 2008). Foi comprovado que o comportamento altruísta aciona no

²⁸ Davis, M. H., & Oathout, H. A. (1987). Maintenance of satisfaction in romantic relationships: Empathy and relational competence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 397-410.

²⁹ Burleson, B.R. (1985). The production of comforting messages: social cognitive foundations. *Journal of Language and Social Psychology*, 4, 253-273.

³⁰ Batson, C.D. (1997). Self-other merging and the empathy - altruism hypothesis: reply do Neuberg et al. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 517-522.

³¹ Michener, H. A.; DeLamater, J.D. & Myers, D.J. (2005). *Psicologia Social*. São Paulo: Thomson.

³² Canale, J.R. & Beckley, S.R. (1999). Promoting altruism in troubled youth: considerations and suggestions. *North American Journal of Psychology*, 1, 95-102.

cérebro o mesmo sistema de recompensa que é impulsionado quando a pessoa recebe, efetivamente, uma recompensa (Moll et. al., 2006³³ citado por Falcone et. al., 2008).

3.1. Origem e desenvolvimento do Conceito

No campo da Psicologia em 1909 Titchener usou o termo “emphaty” como tradução da palavra “einfühlung” utilizada, até então, no campo da estética. Segundo Titchener o conceito de “einfühlung” descrevia uma ligação sociocognitiva, caracterizada pela tomada de consciência do sujeito sobre a forma como uma emoção interfere no comportamento de outro e.g. a capacidade de conhecer a percepção de outra pessoa tendo uma consciência idêntica, por meio de processos internos de imitação, de forma que através dessa capacidade sujeitos com o mesmo nível moral e intelectual compreender-se-iam uns aos outros (Wispé, 1986).

A partir deste conceito o significado e a utilização do termo empatia no léxico psicológico evoluíram significativamente.

Enquanto psicoterapeuta, Rogers descreveu *empatia* como a capacidade do terapeuta sentir o mundo interior do paciente como se fosse o seu próprio mundo. Esta habilidade empática seria determinante para uma mudança significativa na vida do paciente (Rogers, 1957). Segundo o autor compreensão empática significa ir além de um entendimento «exterior». Falamos em compreensão empática “Quando o terapeuta é sensível aos sentimentos e às significações pessoais que o cliente vivencia a cada momento, quando pode apreendê-los “de dentro” tal como o paciente os vê e quando consegue comunicar com êxito alguma coisa dessa compreensão” (Rogers, 1961).

Na sua obra “Tornar-se Pessoa”, Rogers fala da sua convicção, de que, quanto mais uma pessoa é compreendida e aceita maior é a sua tendência para abandonar falsas defesas que utilizou para enfrentar a vida e maior a tendência para se projetar no futuro de forma construtiva. Neste sentido, é possível afirmar que a empatia promove a segurança e a confiança necessárias para que as pessoas se reposicionem perante a vida proporcionando-lhes a capacidade e liberdade para ultrapassar obstáculos e prosseguir de forma mais autónoma.

³³ Moll, J.; Krueger, F.; Zahn, R.; Pardini, M.; Oliveira-Souza, R. & Grafman, J. (2006). Human fronto-mesolimbic networks guide decisions about charitable donation. *PNAS*, 103, 15623-15628.

Posteriormente, o termo empatia passa a ser definido como “inteligência social não-cognitiva” chamando a atenção para o facto de esta afetar o papel social desempenhado pelo sujeito (Hogan³⁴, 1975, citado por Wispé, 1986).

A definição de Eisenberg e Strayer³⁵ (citado por Sampaio, Camino & Roazzi, 2009) é das mais divulgadas. Os autores definem empatia como uma resposta emocional congruente, despoletada pelo estado afetivo ou condição do outro. A identificação com o outro leva a pessoa a sentir o que outro sente, a ter as mesmas emoções, a sentir preocupação e a responder de forma compreensiva ao que a outra pessoa sente (Davis, 1996³⁶, citado por Vreeke & Van Der Mark 2003).

3.2. Modelos teóricos da Empatia

No decurso da investigação acerca da empatia vários modelos explicativos têm sido propostos.

O modelo de Davis (1983), no qual incide o nosso estudo propõe uma abordagem multidimensional da empatia onde se incluem componentes cognitivos, afetivos e comportamentais.

O componente cognitivo, refere-se à capacidade de percepção dos pensamentos, sentimentos e emoções de outra pessoa, denominado por *tomada de perspetiva* e envolve processos cognitivos tais como: flexibilidade mental, autoconsciência e consciência do outro, autorregulação, atenção, memória (Decety & Jackson, 2004).

Zoll & Enz (2010) referem que os processos cognitivos de onde a empatia cognitiva procede podem ser desde processos associativos dos mecanismos de aprendizagem até à tomada de perspetiva do outro. O seu objetivo é alcançado quando o indivíduo centra a sua atenção na outra pessoa e apreende as suas reações através das expressões do outro ou do seu contexto situacional (Zoll & Enz, 2010).

³⁴ Hogan, R., (1975). Is altruism a part of Human nature? *Journal of Personality and Social Psychology*, 40, 121-137.

³⁵ Eisenberg, N., Fabes, R. A., Bustamante, D., & Mathy, R. M. (1987). Physiological indices of empathy. In N. Eisenberg, J. Strayer (Eds.), *Empathy and its development* (pp. 380-385). New York: Cambridge University Press.

³⁶ Davis, M. H. (1996). *Empathy: A social psychological approach*. Boulder: Westview Press.

A expressão empática reflete a intensidade da percepção daquele que experimenta a empatia (Ickes, Marangoni & Garcia, 1997³⁷, citado por Falcone et al., 2009).

Foram identificadas duas formas de empatia cognitiva: (1) *fantasia*, caracterizada pela habilidade de se colocar em situações fictícias, isto é, adotar o ponto de vista de personagens de filmes ou livros; (2) *tomada de perspectiva*, correspondente à troca de perspectiva e resposta emocional, ou seja, à capacidade de se colocar no lugar de outra pessoa (Davis, 1983).

Simplificando, a perspectiva cognitiva da empatia traduz-se na compreensão dos pensamentos, emoções ou intenções do outro, visto que os processos envolvidos são cognitivos. Já o componente afetivo, consiste na capacidade de perceber os estados emocionais do outro sentindo emoções congruentes (Zoll e Enz 2010).

O componente afetivo, tal como o cognitivo, também assume duas formas: (i) *preocupação empática*, definida pela capacidade de experienciar sentimentos de compaixão e preocupação pelo outro (Falcone, Gil & Ferreira, 2007³⁸, citado por Falcone, et al., 2008); (ii) *angústia pessoal*, consiste na resposta a questões interpessoais problemáticas que provocam desconforto e ansiedade Davis (1983).

A empatia afetiva pode surgir como a continuação da empatia cognitiva sem que os processos de caráter cognitivo estejam envolvidos na reação emocional do indivíduo, surge apenas pelo *contágio emocional*, ou seja, pela transferência imediata de estados emocionais de uma pessoa para outra. Poderá ser através de indícios verbais e não-verbais, tais como, expressões orais, tom de voz, expressões faciais, gestos, manifestados pela outra pessoa. No entanto, se essa reação provém de processos cognitivos desencadeiam-se estados afetivos mais complexos em comparação com as reações resultantes do *contágio emocional*, visto que para além da resposta existe também uma compreensão dos estados emocionais do outro (Zoll & Enz, 2010). Estes dois componentes da empatia não têm o mesmo impacto no comportamento e estados emocionais dos sujeitos. A empatia cognitiva facilita a relação social uma vez que envolve a compreensão dos estados emocionais dos outros possibilitando ao sujeito

³⁷ Ickes, W. (1997). Introduction. Em: W. Ickes (Org.). *Empathic accuracy*. (pp. 1-16). New York: Guilford.

³⁸ Falcone, E. M. O.; Gil, D. B. & Ferreira, M. C. (2007). Um estudo comparativo da frequência de verbalização empática entre psicoterapeutas de diferentes abordagens teóricas. *Estudos de Psicologia*, 24, 451-461.

prever os comportamentos do outro. Já a empatia afetiva estimula o altruísmo e o estabelecimento de laços significativos (Davis, 1996).

No seguimento da perspectiva multidimensional da empatia, o componente comportamental que se caracteriza pela expressão verbal e/ou não verbal de compreensão dos estados do outro (Falcone, 1998) assume um importante papel na medida em que comunicar esta compreensão contribui para que o outro se sinta verdadeiramente compreendido e aceite (Falcone, 1998; 2003). Isto remete para a importância das competências comunicacionais.

Vreeke e Mark defendem uma perspectiva predominantemente afetiva da empatia evidenciando, também, a importância da competência comunicacional. O modelo integrativo de Vreeke e Mark (2003) assenta em dois pressupostos – (i) o sujeito tem que tentar compreender os estados emocionais do outro e encontrar uma resposta a esses estados (desconforto, carência, dor); (ii) a resposta deve ocorrer num contexto comunicacional. Segundo este modelo a empatia resulta da interação entre duas pessoas não sendo uma característica individual. Desenvolve-se, portanto, a partir das interações e envolve processos socioculturais (Vreeke, & Mark, 2003). Nem sempre é possível encontrar a resposta empática desejada, mas tenta-se entender de que forma a outra pessoa pode ser ajudada dentro do próprio contexto. Neste sentido os componentes afetivos são essenciais. A razão pela qual a empatia se desenvolve é pela perceção dos sentimentos do outro e nasce com a necessidade de afiliação, necessidade básica, presente desde o nascimento. Vreeke e Mark defendem que as primeiras e mais rudimentares formas de empatia não podem ser cognitivas. As crianças reagem às manifestações de dor dos outros (e.g. choro, expressões faciais) muito antes de terem uma compreensão cognitiva desses estados (Trevvarthen, Kokkinaken,& Fiamenghi, 1999³⁹, citado por Vreeke, & Mark, 2003). Nesta perspectiva a empatia pode ser explicada como uma resposta afetiva às necessidades e à dor do outro, na qual estão envolvidos três componentes - (i) o *contágio emocional* que consiste num mera manifestação ao choro ou às expressões faciais sem a compreensão cognitiva destas manifestações, sendo característico de crianças muito pequenas; (ii) a *congruência emocional*, referente à tomada de perspectiva, ou seja, à capacidade de perceber a dor

³⁹ Trevvarthen, C., Kokkinaken, T., & Fiamenghi Jr., G. A. (1999). What infants' imitations communicate: with mothers, with fathers and with peers. In J. Nadel, & G. Butterworth (Eds.), *Imitation in infancy* (pp. 127–185). Cambridge: Cambridge University Press.

ou necessidade do outro sob a sua perspectiva e, conseqüentemente, sentir o mesmo que o outro; (iii) as *emoções reativas que completam* a conceção de empatia já que esta não se resume ao sentimento da necessidade do outro, mas age no sentido de proporcionar conforto e suporte (Vreeke, & Mark, 2003).

À semelhança de Davis, o modelo de Decety e Jackson (2004) também considera a empatia como um constructo multidimensional. Nesta perspectiva, a empatia desenvolve-se por meio da ação recíproca entre três componentes: (i) a *inter-relação entre o eu (autoconsciência) e o outro (consciência do outro)*, isto significa que, somente após a representação dos próprios estados mentais, o sujeito terá a capacidade de avaliar o estado mental das outras pessoas; (ii) a *autoconsciência e consciência do outro*, ou seja embora exista uma identificação temporária não há confusão entre o “eu” e o “outro”; (iii) e a *flexibilidade mental* que permite colocar-se no lugar do outro e regular as emoções e sentimentos provenientes da preocupação em relação a este (Decety, & Jackson, 2004).

A interpretação e capacidade de atribuir estados mentais - desejos, cognições, crenças e emoções, a si próprio e aos outros, também servem de base a outro modelo explicativo da empatia designado Teoria da Mente. Este modelo, por um lado considera a empatia como uma habilidade de carácter cognitivo assumindo que a capacidade de compreender e atribuir os estados mentais ao outro permitirá, também, predizer e interpretar o comportamento das outras pessoas (Apperly, 2012).

Assim, a habilidade de conferir estados mentais ao outro compreende uma *fase de atribuição* (e.g identificação do estado mental do outro), sendo a habilidade mais elementar de empatizar, consiste em perceber se a pessoa está triste/alegre, e uma *fase subsequente* (e.g identificação causa do estado mental) procura saber-se qual a causa da tristeza/alegria da pessoa (Baron-Cohen, Wheelwright, Spong, Scahill & Lawson 2001).

Resumindo, compreende-se que a empatia é um fenómeno complexo que envolve processos cognitivos, afetivos e comportamentais (Eisenberg & Strayer, 1992⁴⁰, citado por Oliveira, Falcone & Ribas 2009).

Alguns autores defendem que a empatia tem um carácter predominantemente

⁴⁰ Strayer, J. (1992). Perspectivas afectivas y cognitivas sobre la empatía. Em: *La empatia y su desarrollo* (pp. 241-270). Bilbao: Desclée de Brouwer.

cognitivo, como é o exemplo de Eisenberg e Strayer (1992). No entanto, Vreeke & Mark (2003) consideram tratar-se de um fenómeno predominantemente afetivo. Já Davis (1983) defende uma visão multidimensional da empatia que envolve processos cognitivos, afetivos e comportamentais, daí existirem algumas diferenças entre os modelos explicativos apresentados pelos autores.

Pelas suas características, a empatia é um componente extremamente importante nas relações interpessoais. Interações sociais eficazes, nomeadamente as relações conjugais dependem, em grande parte, das capacidades empáticas (Hoffman, 2001).

4. Assertividade

O termo «assertividade» foi usado pela primeira vez por Wolpe em 1958 posteriormente por Lazarus (Wolpe, 1958⁴¹; Wolpe & Lazarus, 1966⁴², citado por Caballo, 1997) e “envolve a afirmação dos próprios direitos e expressão de pensamentos, sentimentos e crenças de maneira direta, honesta e apropriada que não viole o direito das outras pessoas” (Lange & Jakubowski, 1976⁴³, citado por Del Prette & Del Prette, p. 44, 2001). O autor definiu que ser assertivo é usar a expressão adequada de qualquer emoção que não seja a ansiedade em relação ao outro (Wolpe, 1976⁴⁴, Caballo, 1997).

Os modelos de Wolpe e de Salter têm semelhanças e diferenças. As semelhanças referem-se ao realce que ambos atribuem à componente emocional por meio do condicionamento clássico. As diferenças estão relacionadas com os comportamentos não assertivos. Salter atribui a causa da não-asserção a um processo generalizado de inibição no indivíduo neurótico. Para Wolpe isso tem a ver com o

⁴¹ Wolpe, J.S. (1958). *Psychotherapy by reciprocal inhibition*. Stanford, California/Stanford University Press.

⁴² Wolpe, J. & Lazarus, A. (1966). *Behavior therapy techniques*. Nova York: Pergamon Press.

⁴³ Lange, J.L. & Jakubowski, P. (1976). *Responsible assertive behavior*. Illinois: Research Press Co.

⁴⁴ Wolpe, J.S. (1976). *A prática da terapia comportamental* São Paulo: Brasiliense.

caráter situacional, o que veio a confirmar-se através de investigações subsequentes (Rimm & Masters, 1974⁴⁵, Del Prette, & Del Prette, 1999).

As principais expressões da assertividade situam-se, então, entre a manifestação da própria opinião, concordar e discordar; fazer pedidos e recusar solicitações; pedir desculpas e assumir falhas; manifestar desagrado, solicitar modificação de comportamentos e lidar com críticas. É compreensível o efeito que estas aptidões podem exercer, positiva e negativamente, nos relacionamentos conjugais onde a capacidade de expressar sentimentos, pensamentos e opiniões é fundamental (Villa, 2005).

4.1. Assertividade vs Passividade vs Agressividade

Ao contrário dos comportamentos assertivos, destacam-se vulgarmente os não-assertivos, tal como, a agressividade que inversamente à assertividade consiste em atitudes que tendem a desrespeitar e violar os direitos do outro e a passividade pautada pela inexistência de comportamentos de respeito pelos próprios direitos (Villa, 2005).

Para alguns autores o comportamento assertivo é caracterizado por se atingir os objetivos, promover o autoconceito do emissor e expressar honestidade. Ao contrário, os comportamentos não assertivos demonstram negação e inibição dos sentimentos do emissor, fatores presumivelmente, associados a ansiedade e baixa autoestima e a uma fraca viabilidade em atingir os objetivos. Já nos comportamentos agressivos os objetivos são frequentemente atingidos, mas por desrespeito em relação ao outro, ou seja, em prejuízo dos seus direitos (Alberti & Emmons, 1978⁴⁶; Lange & Jakubowski, 1976⁴⁷, citado por Villa, 2005).

Estes três estilos de comportamentos têm sido conceptualizados como partes de um contínuo, divergindo mais em termos de intensidade do que, propriamente, de estilo. A resposta assertiva é normalmente a mais adequada situando-se no ponto médio desse contínuo (Hargie & Dickson, 2004).

⁴⁵ Rimm, D. C. e Masters, J. C. (1974). Behavior therapy: techniques and empirical findings. New York: Academic Press.

⁴⁶ Alberti, R. E. & Emmons, M. I. (1978). Comportamento assertivo: Uma guia de auto-expressão. Belo Horizonte: Interlivros

⁴⁷ Lange, A. J. & Jakubowski, P. (1976). Responsive assertive behavior. Illinois: Research Press Co.

4.2 Treino de Habilidades Sociais - Modelos explicativos

O Treino de Habilidades Sociais é uma forma de intervenção que tem como objetivo colmatar défices e dificuldades interpessoais e desenvolver o repertório de habilidades sociais de forma a facilitar e/ou maximizar as relações sociais. Considerado um campo teórico-prático tem subjacente a terapia comportamental e cognitiva.

Com recurso à literatura foram identificados os seguintes modelos teóricos do Treino de Habilidades Sociais (Hidalgo e Abarca, 1992⁴⁸, citado por Dell Prette & Dell Prette, 2001):

- O Modelo da Assertividade (Wolpe, 1976; Lazarus, 1977) enquadrado na abordagem comportamental baseia-se em dois aspetos explicativos dos défices ou limitações no desempenho social. O primeiro assenta no modelo do condicionamento clássico, fundamentado nas pesquisas de Wolpe sobre a neurose experimental com gatos. Esse aspeto evidencia a aprendizagem da ansiedade através da associação do desempenho social a estímulos nefastos e à sua função inibidora na produção das respostas assertivas, salientando a importância da intervenção terapêutica na dimensão emocional. O segundo aspeto, assenta no modelo do condicionamento operante segundo o qual as dificuldades no desempenho social surgem do efeito de um controle desajustado de estímulos no encadeamento das respostas sociais (Eisler, Miller & Hersen, 1973⁴⁹, citado por Del Prette & Del Prette, 2001), assumindo que as pessoas têm comportamentos não assertivos por falta de reforços adequados ou porque são, constantemente, punidas pelo seu desempenho assertivo e/ou recompensadas pelos seus comportamentos não assertivos (Harold et al., 1976⁵⁰, citado por Del Prette & Del Prette, 2001).

O Modelo da Perceção Social de Argyle (1967/1994) tem subjacente uma base cognitiva. Atribui particular importância à análise do processamento cognitivo envolvido na habilidade de compreender e decodificar o ambiente social, ou seja, reporta-se à aptidão do sujeito para decifrar a situação social em que se encontra

⁴⁸ Hidalgo, CH. & Abarca, N.M. (1992). *Comunicación interpersonal: Programa de entrenamiento en habilidades sociales*. Santiago do Chile: Editorial Universitaria.

⁴⁹ Eisler, R.M., Miller, P.M. & Hersen, M. (1973). Development of assertive responses: Clinical, measurement and research considerations. *Behaviour Research and Therapy*, 11, 505-521.

⁵⁰ Harold, H., Dawley, J. & Wenrich, W.W. (1976). *Achieving assertive behavior: A guide to assertive training*. California: Wadsworth Publishing Company.

distinguindo qual e como deve ser o seu comportamento verbal e não-verbal e se o mesmo deve ocorrer ou não.

Falhas na interpretação e decodificação das mensagens verbais e não-verbais do interlocutor e no cumprimento das normas e valores próprios do contexto social podem dificultar a relação interpessoal e interações subsequentes que permitiriam uma melhor compreensão das exigências sociais (Argyle 1967/1994⁵¹, citado por Del Prette & Del Prette, 2001).

O Modelo da aprendizagem social de Bandura (1961) insere-se numa perspetiva sociocognitiva segundo o qual os processos cognitivos são essenciais na aprendizagem fazendo uma distinção entre aprendizagem e desempenho. Partindo do princípio de que os elementos envolvidos nestes processos são distintos, o reforço surge mais como motivação do desempenho de comportamentos aprendidos do que como agente de aprendizagem. Já as consequências positivas adquiridas através do modelo teriam sobretudo uma função informativa, ou seja sinalizar padrões de comportamentos admitidos no âmbito social. Este modelo assevera que uma boa parte das Habilidades Sociais é aprendida de forma vicariante, pela observação do desempenho do outro através de um sistema de assimilação mental dos modelos bem-sucedidos. No que toca aos padrões de funcionalidade, estes seriam mediados pela expectativa de autoeficácia, referentes a consequências prováveis dos diferentes comportamentos em relações interpessoais futuras e por outros processos cognitivos, cognições e pensamentos encarados como mediadores, quer seja da aquisição ou do desempenho social (Bandura, 1977). Dificuldades desta ordem (expectativas e crenças irracionais, distorções cognitivas, pensamentos automáticos negativos) têm repercussões no desempenho social.

Dentro da mesma linha o Modelo Cognitivo refere que o desempenho social depende de habilidades sociocognitivas que o indivíduo aprende através das interações dentro do contexto social em que se insere (Ladd & Mize, 1983⁵²; Spivack & Shure, 1982⁵³, Mischel⁵⁴, 1973, citado por Del Prette & Del Prette, 2001). Nesta ótica a

⁵¹ Argyle, M. (1967/1994). *Psicologia del comportamiento interpersonal*. Madri: Alianza Universidad (Originalmente publicado em 1967).

⁵² Ladd, W.C. & Mize, J. (1983). A cognitive-social learning model of social skill training. *Psychological Review*, 90, 127-157.

⁵³ Spivack, C. & Shure, M (1982). The cognition of social adjustment Em: B. Lahey & A.E. Kazdin (orgs.), -1 c/m wees in *Clinical CMed Psychology*, Nova York; Plenum Press (vol. 5),

aprendizagem não resulta propriamente dos modelos sociais mas sim do tipo de interações em que o sujeito se envolve.

Ladd e Mize indicam que as habilidades sociocognitivas permitem organizar cognições e atitudes referentes a objetivos de carácter social ou interpessoal, que geram comportamentos que o sujeito avalia e modifica, continuamente, na intenção de alcançar os propósitos da interação social. Para este fim, a pessoa deve ter em consideração os padrões culturais do contexto social em causa e dispor de um repertório de estratégias comportamentais adequadas. Entre as habilidades sociocognitivas mais pesquisadas encontra-se a capacidade empática (Hidalgo & Abarca 1992⁵⁵, Del Prette & Del Prette, 2001).

O último modelo identificado foi o modelo da teoria de papéis Thibaut e Kelley (1955/1959) que emergiu no campo da Psicologia Social e da terapia do papel fixo (Thibaut & Kelley, 1959⁵⁶; Kelly, 1955⁵⁷, citado por Del Prette & Del Prette, 2001). Este modelo parte do princípio de que o comportamento social, provém essencialmente, da compreensão dos papéis sociais - compreensão do próprio papel, e do papel do outro nas interações sociais. Esta teoria visa também compreender quais os recursos simbólicos envolvidos, a saber, elementos verbais e não-verbais. Por outras palavras, procura analisar a flexibilidade do indivíduo no cumprimento desses papéis contribuindo igualmente para a identificação de aspetos culturais das habilidades sociais, reconhecimento de problemas no âmbito da fixação, e análise de elementos associados a fatores de liderança e autoridade (Argyle, 1994⁵⁸, citado por Del Prette & Del Prette, 2001).

Em suma, os modelos do Treino de Competências Sociais pretendem explicar e identificar défices e dificuldades associados ao desenvolvimento das habilidades sociais no intuito de encontrar estratégias de intervenção eficazes. Os modelos apresentados

⁵⁴ Mischel, W. (1973). Toward a cognitive social learning reconceptualization of personality. *Psychological Review*, 80, 252-283.

⁵⁵ Hidalgo, C.H. & Abarca, N.M. (1992). *Comunicación interpersonal: Programa de entrenamiento en habilidades sociales*. Santiago do Chile: Editorial Universitaria.

⁵⁶ Thibaut, J.W. & Kelley, H.H. (1959). *The Social Psychology of groups*. Nova York: Wiley.

⁵⁷ Kelly, G. (1955). *The psychology of personal constructs*. Nova York: Norton.

⁵⁸ Argyle, M. (1984). Some new developments in social skills training. *Bulletin of British Psychological Society*, 37, 405-410.

complementam-se em vários aspetos. As diferenças existentes estão relacionadas com as linhas teóricas subjacentes, comportamental e cognitiva, essencialmente.

5. Satisfação Conjugal

O termo satisfação, no sentido global, caracteriza-se por um conceito multidimensional e de difícil descrição, visto que, resulta da apreciação subjetiva, de influências culturais e está sujeita a alterações constantes, em consequência da sua dinâmica Ribeiro (2003).

No caso específico das relações diádicas, a satisfação também se apresenta como um constructo complexo e multidimensional que envolve processos cognitivos, afetivos e comportamentais e resulta da avaliação individual e subjetiva da relação, ou seja, da perceção da qualidade conjugal baseada na análise feita pelos próprios elementos do casal acerca do seu contexto relacional (Narciso & Costa, 1999).

O Homem é um ser social e as relações de intimidade constituem uma necessidade elementar da figura humana (Narciso & Ribeiro, 2009). É característico do ser humano sentir a necessidade de estar com o outro (Machado, 2007⁵⁹, citado por Scorlini & Santos, 2010). Esta necessidade começa logo ao nascer, nos primeiros contactos com as figuras de vinculação. Neste sentido podemos afirmar que somos o resultado das relações que criamos, daí a importância da forma como se estabelecem os vínculos nas relações humanas (Scorlini & Santos, 2010).

O casamento é definido como a união entre duas pessoas, a qual, envolve elementos em comum, tais como, fatores comportamentais, afetivos, sexuais, económicos. Féres (2001) refere tratar-se de uma relação bastante significativa mencionando, também, que envolve um elevado grau de intimidade e grande investimento emocional e ao nível dos afetos. Logo a satisfação no relacionamento assume um papel fundamental.

Outros autores referem, ainda, que o casamento é percecionado como um modelo adulto de intimidade. Exige que dois indivíduos com características pessoais e percursos de vida diferentes, se encontrem, e revejam papéis e questões já instituídas.

⁵⁹ Machado, L. M. (2007). *Satisfação e insatisfação no casamento: Os dois lados de uma mesma moeda?* Dissertação de Mestrado, Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia.

Isto significa que as influências trazidas de traz têm que ser revistas e negociadas para que cada um, individualmente, se adapte ao novo contexto (McGoldrick, 1995⁶⁰, citado por Bolze, Crepaldi, Schmidt, & Vieira, 2013).

A atração e as adversidades do relacionamento conjugal, relacionam-se, deste modo, com a capacidade de compreensão de ambos os membros do casal que são pessoas diferentes e cada um tem a sua própria identidade e história de vida, tem percepções distintas do mundo e, se uniram para construir um projeto de vida em conjunto do qual resultará uma nova história e identidade comuns (Narciso & Ribeiro, 2009; Féres-Carneiro, 1998⁶¹, citado por Scorsolini & Santos, 2010). Ao assumirem a vida em conjunto a realidade individual de cada um será transformada e reestruturada em prol da construção de um mundo em comum com partilha de referências e identidade, o «eu conjugal» (Féres-Carneiro & Diniz Neto, 2010).

Narciso e Costa referem que “olhar um casal e ver dois elementos, um e o outro, significa não ver a conjugalidade, coartar a percepção e a compreensão da mesma, nela não se incluir o processo criativo do casal, a sua capacidade geradora, de onde emerge, «o seu modelo específico, o seu absoluto»” (Narciso & Costa, 1996, p 115).

Na opinião de Costa 2005, a conjugalidade exerce um forte impacto no bem-estar psicológico e social dos indivíduos. Segundo alguns autores, os padrões culturais da atualidade valorizam os laços emocionais e sentimentais, a comunicação e as trocas íntimas entre as pessoas (Lipovetsky, 2006/2007⁶², citado por Scorsolini & Santos, 2010). Hoje em dia, a base de uma relação conjugal é, essencialmente, o amor, sobretudo quando se fala do mundo ocidental (Narciso & Ribeiro, 2009).

É inegável, que os relacionamentos íntimos são uma parte fulcral da vida adulta e a sua qualidade tem um impacto significativo, tanto na saúde mental como na física e, na vida profissional dos indivíduos. Taxas de mortalidade mais baixas, menor incidência de comportamentos de risco, índices elevados de bem-estar e saúde mental e

⁶⁰ McGoldrick, M. (1995). A uniao das familias atraves do casamento: o novo casal. In A. Medicas (Ed.), *As mudancas no ciclo de vida familiar: uma estrutura para a terapia familiar* (pp.184-205). Porto Alegre.

⁶¹ Féres, Carneiro T. (1998). Casamento contemporâneo: o difícil convívio da individualidade com a conjugalidade. *Psicologia:Reflexão e Crítica*, 11, 379-394.

⁶² Lipovetsky, G. (2007). *A felicidade paradoxal: ensaios sobre a sociedade de hiperconsumo* (M. L. Machado, Trad.). São Paulo: Companhia das Letras. (Trabalho original publicado em 2006).

baixos níveis de comportamento antissocial, têm sido associados a casamentos satisfatórios (Johnson & Schulenberg,⁶³ 1997, citado por Johnson & Bouchard, 2004).

A satisfação conjugal abrange sensações e sentimentos de bem-estar, alegria, ternura, companheirismo, segurança, componentes que conduzem à intimidade na relação, decorrente da coerência entre as expectativas e desejos dos cônjuges e a realidade experienciada na relação (Campbell, & Rogers, 1976⁶⁴; Chadwick, & Kunz, 1976⁶⁵; Farias, 1994⁶⁶, citado por Norgren, Souza, Kaslow, Hammerschmidt, & Sharlin, 2004).

É portanto, um fenómeno que envolve uma atitude de dar e receber, ou seja, uma troca mútua e espontânea. Está relacionada com satisfação que o casal, casados ou em união de facto, expressa em relação à sua relação marital. Este é um conceito subjetivo, que implica a satisfação das necessidades e desejos de cada um, individualmente, correspondendo, também, às expectativas do outro, tal como já mencionado (Norgren et al., 2004).

Nesta perspetiva, a avaliação da satisfação nas relações diádicas torna-se um tema complexo devido, essencialmente, à abordagem do conceito conjuntamente com outros relacionados, tais como, a qualidade conjugal, o ajustamento diádico, a felicidade conjugal, entre outros (Narciso & Costa, 2009).

O Modelo da Satisfação Conjugal de Narciso (2001) possibilita uma melhor compreensão acerca destas noções associando vários fatores à Satisfação Conjugal denominados pela autora de *Fatores Centrípetos*, *Fatores Centrífugos* e o *Fator Tempo*.

Os *Fatores Centrípetos* correspondem à Qualidade Conjugal e compreendem os processos afetivos que incluem o amor e os sistemas afetivos que o estimulam e por ele são estimulados, a saber, o compromisso, a intimidade, a confiança, suporte emocional, cumplicidade, sexualidade, interdependência; os processos *cognitivos*, incluem as expectativas, perceções, atribuições e os processos comportamentais, conflitos e resolução e, o controlo relacional.

⁶³ Johnson, W., McGue, M., Krueger, R., & Bouchard, T. (2004). Marriage and Personality: A genetic analysis. *Personality and Individual Differences*, 86(2), 285-294.

⁶⁴ Campbell, A., Converse, P. E., & Rogers, W. L. (1976). *The quality of American life*. Nova York: Russel Sage Foundation.

⁶⁵ Chadwick, B. A., Albrecht, S. L., & Kunz, P. R. (1976). Marital and family rolesatisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 38(3), 431- 440.

⁶⁶ Farias, M. A. (1994). *Satisfação e insatisfação no casamento: um estudo quantitativo*. Tese de doutorado não-publicada, Universidade de São Paulo São Paulo.

Os *Fatores Centrífugos* incluem os fatores e características pessoais, pressupostos e padrões de vinculação, entre outros, e os fatores contextuais, referentes ao contexto familiar, social, profissional e demográfico. Estes fatores são, também, influenciados pelo tempo ou percurso de vida conjugal.

Tendo em conta o conceito de habilidades sociais, mais especificamente, os termos empatia e assertividade é possível fazer uma ponte com os fatores mencionados na medida em que fazem parte dos processos relacionais e funcionam como coadjuvantes da qualidade e da satisfação conjugal. Parece-nos razoável afirmar que estas habilidades desempenham um papel facilitador dos aspetos inerentes aos referidos fatores.

Resumindo, é inegável o impacto da conjugalidade no bem-estar físico e psicológico e social dos indivíduos (Costa, 2005). É consensual que o bem-estar e a saúde mental estão intimamente ligados a relações satisfatórias (Narciso & Costa, 2009).

A Qualidade Conjugal, refere-se ao desempenho na e da relação, ou seja, aos processos conjugais vividos, afetivos, cognitivos e comportamentais. A Satisfação Conjugal é uma avaliação subjetiva desses processos que pode ser específica ou global consoante ocorre em relação a cada um dos processos relacionais ou à relação como um todo. Deste modo, a avaliação da satisfação não depende de critérios a priori, mas sim da avaliação do casal ou por cada um dos membros. O seu forte componente subjetivo e pessoal é melhor compreendido quando se tem em conta que o conceito satisfação tem origem em *facere satis* que consiste em *fazer o suficiente* Narciso (2001).

Narciso e Costa apresentam uma reconceptualização dos conceitos envolvidos na satisfação conjugal permitindo uma melhor compreensão acerca deste contexto. Neste âmbito, a vinculação e as habilidades sociais mais especificamente a empatia e a assertividade, enquadram-se no Modelo da Satisfação Conjugal de Narciso e Costa (2001) visto cooperarem com os fatores descritos no respetivo modelo.

Capítulo II - Relações entre a vinculação, empatia, assertividade e satisfação conjugal

Os estudos confirmam, que a qualidade dos laços afetivos e a forma como a afetividade é experienciada na relação entre a criança e a mãe ou outra figura significativa terão repercussões na infância e também na idade adulta (Neves, Soares & Silva, 1999⁶⁷, citado por Canavarro, Dias & Lima. 2006).

Os padrões de vinculação conceptualizados por Bowlby, são um protótipo dos estilos de vinculação no adulto (Bartholomew, 1990). Nesta perspetiva, diferenças nas experiências precoces promovem dissemelhanças relativamente estáveis nos modelos de vinculação, sendo que, os modelos nomeados por Ainsworth (1963,1967,1977), encontrados na infância, irão repercutir-se no amor romântico. Embora, o modo de operacionalização do sistema de vinculação não dependa, unicamente, das representações decorrentes dos vínculos precoces, podendo, também, ser influenciado pela qualidade dos vínculos atuais, os *Modelos Internos Dinâmicos* não mudam facilmente e tendem a funcionar em forma de gatilho. Isto implica que as pessoas se deixem guiar por condutas, cognições e emoções de experiências prévias em novas interações, com novas figuras de vinculação (Mikulincer & Shaver, 2007). A persistência dos modelos internos dinâmicos do *self* e das relações explica, assim, a continuidade do estilo de vinculação. Indivíduos com distintos padrões de vinculação, diferem na forma como percecionam as experiências relacionais precoces e como constroem os modelos mentais e as experiências de amor romântico (Collins & Read, 1990).

Neste âmbito, pesquisas acerca da vinculação demonstraram que a qualidade das relações românticas está, invariavelmente, relacionada com as experiências ocorridas em fases bastante prematuras (Jeffrey & Overall, 2014), muito antes de se formarem as primeiras memórias conscientes. Simpson, Collins & Salvatore (2011) afirmam que a qualidade das relações românticas é influenciada pelos padrões de vinculação estabelecidos na infância.

Entrevistas a 60 homens e mulheres realizadas por Kotler (1985) forneceram dados para análise das asserções derivadas da teoria da vinculação. As análises efetuadas suportaram a ideia de que o cuidado parental adequado contribui para o desenvolvimento saudável da personalidade nas crianças refletindo-se, mais tarde, em

⁶⁷ Neves, L., Soares, I., & Silva, M. C. (1999). Inventário da vinculação na adolescência– IPPA. In M. R. Simões, M. M. Gonçalves & L. S. Almeida (Eds.). *Testes e provas psicológicas em Portugal*, vol. 2 (pp. 37-48). Braga: APPOINT/SHO.

relações conjugais satisfatórias. Esses resultados sugeriram que a forma como os participantes interpretaram o seu padrão de vida corroborou com a teoria da Vinculação. Esse estudo, também evidenciou que relações conjugais fortes demonstram ser indicadores terapêuticos em relação a parceiros que tiveram experiências insatisfatórias de cuidados precoces.

Neste seguimento, a literatura tem evidenciado que é característico de pessoas com estilos mais ambivalentes e mais ansiosos terem pensamentos disfuncionais, sentimentos e comportamentos, face à relação, conduzindo a menores níveis de satisfação conjugal, tanto nas próprias, como nos seus parceiros íntimos (Feeney, 2008).

A insatisfação conjugal também tem sido associada ao evitamento por parte dos homens e à ansiedade nas mulheres (Ribeiro⁶⁸, citado por Carvalho, 2013).

Por outro lado, alguns autores sustentam que o principal indicador da insatisfação conjugal é a instabilidade ou insegurança emocional de um dos elementos do casal (Karney & Bradbury⁶⁹ citado por Shackelford & Buss, 2000).

Efetivamente, a Teoria da Vinculação comprova a importância das relações humanas e os seus efeitos no desenvolvimento do ser humano. Como, anteriormente referido, os padrões de vinculação funcionam como preditores de processos e fenómenos psicológicos específicos do ser humano (Mikulincer, & Shaver, 2003). Entre estes, para além do que já foi mencionado evidencia-se, também, o desenvolvimento de competências pessoais e sociais, nomeadamente, a empatia e a assertividade.

As capacidades empáticas e assertivas estão relacionadas com os estilos de vinculação na infância (Decety & Sveltova, 2012). Tem sido demonstrado que quanto mais forte é o estilo de vinculação, maior o nível de empatia (Feshbach, 1997).

Neste âmbito, Decety & Sveltova (2012) defendem a existência de uma relação entre a vinculação e a empatia e que ambas se influenciam mutuamente. Preston e de Waal (2002), também concordam que a empatia é influenciada pelas relações de vinculação em fases prematuras de desenvolvimento, desde que a criança começa a identificar as emoções através das interações com a mãe. É também no meio familiar

⁶⁸ Ribeiro, T. (2002). *Da diversidade do masculino e do feminino à singularidade do casal*. Tese de Doutoramento, Universidade de Lisboa.

⁶⁹ Karney B. & Bradbury, T. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability: a review of theory, method, and research. *Psychological Bulletin*, 118, 3-334

que a empatia começa a ser treinada. Efetivamente, nesta fase da vida a família constitui-se como o principal impulsionador do desenvolvimento (Szalavitz & Perry, 2010). Por exemplo, Warner (1999) sugere que a habilidade para compreender as próprias experiências e a capacidade para responder de forma empática às experiências do outro, começa a ser desenvolvida logo na infância, na relação com os pais, sendo que, relações com pais agressivos ou pouco empáticos contribuem para o desenvolvimento de modelos inadequados de interações (Eisenberg et al., 1991).

No contexto conjugal, a empatia tem sido relacionada com a satisfação conjugal (Sardinha, et al., 2009; Figueredo, 2005 & Villa, 2005). A capacidade empática impulsiona relações conjugais mais satisfatórias e estáveis. Contrariamente, incapacidades empáticas estão associadas a conflitos dentro da relação e, inclusivamente, a casos de divórcio (Beck, 1999⁷⁰; Dattilio, 2004⁷¹; Epstein & Schlesinger, 2004⁷²; Guerney, 1987⁷³, Villa, 2005).

Os problemas conjugais são frequentemente pautados por disfuncionalidades a nível da comunicação e expressão dos afetos, entre outros, sendo que prejuízos desta ordem afetam a saúde mental contribuindo para o desenvolvimento de inúmeras patologias tais como a depressão (Kouros & Commings, 2011). Este tipo de problemas reflete-se de forma bastante significativa e negativa ao nível do ajustamento conjugal (Leonardo & Fineger, 2007⁷⁴, citado por Alves, et al., 2014) e satisfação conjugal (Homish, Leonard & Cornelius, 2008⁷⁵, citado por Alves, et al., 2014).

Por exemplo um estudo com 108 casais (27 casais em que o doente era a mulher e 27 casais em que esse elemento era o homem e, 54 casais da população geral) para avaliar o ajustamento individual e conjugal de casais com problemas psiquiátricos

⁷⁰ Beck, A. T. (1999). *Prisoners of hate*. New York: Harper Collins Publishers

⁷¹ Dattilio, F. M. (2004). Famílias em crise. Em F. M. Dattilio & A. Freeman (Orgs.), *Estratégias cognitivo-comportamentais de intervenção em situações de crise* (pp. 264-280) (M. A. V. Veronese, Trad.) (2ª. ed.). Porto Alegre: Artmed.

⁷² Epstein, N. B., & Schlesinger, S. E. (2004). Casais em crise. Em F. M. Dattilio & A. Freeman (Orgs.), *Estratégias cognitivocomportamentais de intervenção em situações de crise* (pp.234-263) (M. A. V. Veronese, Trad.) (2ª. ed). Porto Alegre: Artmed.

⁷³ Guerney, B. G. Jr. (1987). *Relationship enhancement: Marital/ family therapists' manual*. State College, PA: IDEALS.

⁷⁴ Leonard, K. E., & Eiden, R. D. (2007). Marital and family processes in the context of alcohol use and alcohol disorders. *Annual Review of Clinical Psychology*, 3, 285-310. Doi 10.1146/annurev.clinpsy.3.022806.091424

⁷⁵ Homish, G. G., Leonard, K. E., & Kearns-Bodkin, J. N. (2006). Alcohol use, alcohol problems, and depressive symptomatology among newly married couples. *Drug and Alcohol Dependence*, 83, 185-192. doi: 10.1016/j.drugalcdep.2005.10.017

por parte de um dos membros, demonstrou resultados elevados de sintomatologia depressiva e ansiosa (maioritariamente as mulheres) e resultados baixos no ajustamento diádico dos casais clínicos (Alves et al., 2014).

Os resultados obtidos noutra estudo desenvolvido por Oliveira e colaboradores (2009), com 120 indivíduos casados com o objetivo de avaliar, especificamente, a empatia conjugal, demonstraram que os indivíduos que tinham parceiros com níveis de empatia conjugal mais elevados estavam mais satisfeitos no casamento. Com base nesses resultados foi possível concluir que as habilidades empáticas conjugais produzem relações mais satisfatórias, na medida em que consistem em comportamentos direcionados ao bem-estar do cônjuge e da própria relação (De la Coleta, 1989⁷⁶, citado por Oliveira et al., 2009). De acordo com o modelo de Davis e Oathout (1987), utilizado nesse estudo, o elemento fundamental numa interação romântica consiste na ação do cônjuge em tornar o seu parceiro feliz, o que por sua vez, também conduz à própria satisfação. As correlações encontradas, confirmaram que a empatia além de facilitar as relações é um forte indicador de ajustamento conjugal e influencia a qualidade da relação. Esse modelo, baseia-se numa perspetiva multidimensional da empatia e foi testado com 264 casais heterossexuais. Os resultados confirmaram que a empatia influencia os comportamentos do próprio e estes, por sua vez, influenciam as perceções do parceiro e a satisfação com o relacionamento. Também ficou demonstrado que a empatia funciona como um preditor da satisfação no género feminino e está associada a relacionamentos de longa duração.

Com efeito, é visível que as habilidades pessoais e sociais contribuem significativamente para relações conjugais bem-sucedidas.

Noutra investigação realizada por Sardinha et al., (2009), com 50 casais, para investigar as relações entre a satisfação conjugal e as habilidades sociais percebidas pelo cônjuge, foram encontradas correlações positivas entre a empatia e a satisfação conjugal, concluindo que quanto mais elevados os níveis de empatia conjugal percebida no cônjuge maior é a satisfação no relacionamento. Também ficou demonstrado que a combinação de expressões assertivas e empáticas produz um efeito ainda maior na satisfação com o casamento do que cada uma destas competências isoladamente. Para

⁷⁶ Dela Coleta, M. F. (1989). A medida da satisfação conjugal: Adaptação de uma escala. *Psico*, 2, 90-112.

Falcone (2003), as capacidades assertivas conjuntamente com a ação da empatia produzem, efetivamente, interações mais satisfatórias. Estas conclusões corroboraram com os resultados obtidos no estudo anterior, confirmando a influência da empatia na qualidade do relacionamento conjugal, uma vez que, promove um maior entendimento entre os parceiros, reduz as possibilidades de separação, estimula o afeto e alivia a angústia do outro e, contribui para aumentar a autoestima e aceitação do próprio. Ficando, igualmente, assente que a capacidade de expressão de sentimentos em relação ao outro conduz, também, a maior satisfação conjugal na medida em que facilita a solução de constrangimentos interpessoais, promove a sensação de autoeficácia, desenvolve a autoestima, melhora a qualidade das relações e promove um ambiente tranquilo (Falcone, 1999). Além disso, a compreensão da forma como o outro se sente através da expressão adequada de sentimentos facilita a reciprocidade e, por conseguinte, a satisfação conjugal. Ao contrário, dificuldades neste sentido conduzem ao fracasso na relação (Tanganelli, 2003⁷⁷, citado por Sardinha, et al., 2009).

Tendo em conta o impacto destas variáveis na vida das pessoas, não é de estranhar o interesse dos autores em aprofundar o tema. Neste âmbito, também, Sbicigo e Lisboa (2009) realizaram um estudo para investigar as relações entre as habilidades sociais e a satisfação conjugal em 25 casais. Os resultados evidenciaram correlações entre os níveis de habilidades sociais dos cônjuges e os níveis de satisfação conjugal, concluindo que quanto mais habilidades sociais e satisfação com a relação um parceiro demonstrar, maior é a probabilidade do outro também o fazer. Estas correlações indicaram, que os cônjuges tendem a perceber a relação de forma semelhante e a partilhar as mesmas características psicológicas. Isto coopera com as Teorias da Concordância que procuram explicar os motivos desta possível semelhança, sugerindo que essa similitude possa estar relacionada com a escolha do parceiro ou possa haver existir entre o casal uma relação de interdependência (Meyler, Stimpson, & Peek, 2007⁷⁸, citado por Sbicigo & Lisboa, 2010). Além disso, também ficou demonstrado que os homens que possuíam mais filhos estavam mais satisfeitos com a relação, sugerindo que o número de filhos possa ser um preditor de satisfação conjugal nos

⁷⁷ Tanganelli, M. S. (2003). Você me estressa, eu estresso você. Em M. Lipp (Org.), *O stress está dentro de você* (pp.155-168). São Paulo: Contexto.

⁷⁸ Meyler, D., Stimpson, J. P. & Peek, M. K. (2007). Health concordance within couples: asystatic review. *Social Science & Medicine*, 64, 2297–2310.

homens. Contudo, segundo as autoras são necessários mais estudos devido a ter sido estudada uma amostra de conveniência, com casais de longa duração, pouco representativa da população e, devido ao instrumento utilizado na avaliação das aptidões sociais não conter itens específicos do contexto conjugal. Fator relevante visto que a competência social depende do contexto (Del Prette & Del Prette, 1999, 2001).

Efetivamente, os estudos indicam que as habilidades pessoais e sociais, de comunicação, resolução de problemas e empatia atuam como preditores da satisfação conjugal (Sevier, Eldridge & Doss, 2008; Gordon & Litzinger, 2005).

Com efeito, Villa (2005) ao investigar a satisfação conjugal, numa amostra de 406 participantes, casados, verificou que aqueles que dispunham de um repertório de habilidades interpessoais mais elaborado nos relacionamentos sociais em geral e, particularmente, no contexto conjugal, apresentavam níveis de satisfação mais elevados, tanto homens como mulheres, individualmente, como de um cônjuge em relação ao outro.

A atenção, dos investigadores, face aos temas em estudo confirma a sua importância.

Na atualidade a investigação e o conhecimento sobre as relações humanas são bastante amplos (Narciso & Ribeiro, 2009).

Relativamente à vinculação, a investigação em Portugal conta com vários trabalhos dirigidos ao contexto amoroso. Têm sido adaptados alguns instrumentos de avaliação no intuito de dar resposta a novas questões e desafios que se colocam (Soares, 2006).

Ainda no contexto da conjugalidade destacam-se os contributos de Narciso e Ribeiro (2009) e Costa (2006).

No campo das habilidades sociais, apesar da pertinência, este tema tem sido alvo de menos atenção em Portugal, especialmente devido à carência de instrumentos de avaliação (Vagos, Pereira & Arrindell, 2014) pelo que carece de estudos.

O estudo das relações humanas não se esgota sendo um campo de grande interesse. O contexto conjugal é especialmente complexo (Narciso & Ribeiro, 2009). Neste sentido, podemos deduzir que a necessidade de um maior conhecimento e

compreensão dos fatores envolvidos na qualidade das relações conjugais também não se extingue, pelo que é importante a continuidade da investigação.

Capítulo III - Pertinência do estudo objetivos e hipóteses

3.1 Pertinência do estudo

A teoria da vinculação de Bowlby (1969/1973/1980) sustenta que as relações de apego na infância influenciam todo o percurso de vida do indivíduo tendo repercussões nas relações que se venham a estabelecer nos diversos contextos. Segundo o autor, durante o percurso natural de desenvolvimento o processo de vinculação é progressivamente transferido dos progenitores para os pares e os comportamentos de vinculação vão sendo discretamente redirecionados.

Na idade adulta a vinculação é essencialmente dirigida para as relações de casal (Hazan & Shaver, 1994). Estudos demonstram que a qualidade da vinculação aos pais refletir-se-á na qualidade da interação nas relações com os pares, nomeadamente, nas relações íntimas. A natureza da relação precoce torna-se um modelo para as relações posteriores contribuindo para o desenvolvimento de expectativas e crenças sobre si próprio e sobre os outros as quais influenciam a competência social e o bem-estar ao longo da vida (Skolnick, 1986⁷⁹, citado por Collins, & Read, 1990). A relação da criança com as figuras de vinculação

“A teoria de vinculação de (Bowlby, 1969/1982) apresenta a relação da criança com as suas figuras de vinculação como uma matriz a partir da qual vão ser construídos conhecimentos e expectativas acerca do *self*, de outros significativos e do mundo, que vão orientar o funcionamento interpessoal e influenciar o estabelecimento de outras relações íntimas” (Faria, Fonseca, Lima, Soares & Klein, 2009, p. 124).

Nesta perspetiva, entende-se que a qualidade da relação conjugal vai ser influenciada pela qualidade da relação que cada um dos membros estabeleceu com os seus progenitores.

Neste seguimento, destaca-se o papel e a importância das competências sociais, designadamente, a empatia que começa a desenvolver-se a partir das relações de vinculação em fases prematuras de desenvolvimento, tal como afirmado por Preston & de Waal (2002) e, a assertividade, aptidões essenciais para relações interpessoais bem-sucedidas. Estes comportamentos, entre outros, contribuem significativamente para a qualidade da relação conjugal (Del Prette & Dell Prette, 2001).

⁷⁹ Skolnick, A. (1986). Early attachment and personal relationships across the life course. *Life Span Development*.

Villa (2005) atesta que em muitos casos de separação e/ou casos de procura de ajuda terapêutica se deve à incapacidade, por parte de um ou ambos os cônjuges relacionadas com as competências relacionais. Já os casais que apresentam eficácia nestas competências estabelecem relações satisfatórias e um ambiente propício ao desenvolvimento pessoal de ambos gerando um clima emocionalmente saudável baseado no reforço mútuo, expressão de sentimentos, desejos, pontos de vista, contribuindo, ainda, para o desenvolvimento pessoal e emocional dos filhos (Villa 2005).

O sucesso conjugal parece estar associado a uma maior longevidade e saúde global enquanto os conflitos conjugais contribuem consideravelmente para diferentes tipos de disfunção e psicopatologias (Narciso & Ribeiro, 2009). A dissolução da relação provoca alterações e mudanças significativas que afetam os indivíduos a nível pessoal, interpessoal e social (Pereira, Machado & Pinto, 2013).

A separação raramente resulta de uma decisão de ambas as partes. A experiência envolve mudanças profundas, principalmente, em famílias onde existem filhos. Estudos demonstram que, sob alguns aspetos, os prejuízos são comparáveis aos causados pela morte de um ente querido. Ambas as experiências envolvem profundas alterações vitais tanto a nível interno como externo (Wallerstein & Blakeslee⁸⁰ 1990; Mikusko, 2008⁸¹, citado por Pereira, et. al., 2013).

O sofrimento experienciado numa situação de divórcio é idêntico ao sentido perante a morte de uma figura querida diferenciando-se apenas num aspeto. No que refere ao divórcio nada é definitivo. Frequentemente existe a probabilidade de reconciliação mesmo depois de decorridos vários anos. Isto remete para a probabilidade do sofrimento se vir a repetir, perpetuar e provavelmente a não se solucionar (Emery 1994⁸², citado por Pereira et. al., 2013).

Para alguns indivíduos a dissolução da relação está associada a uma diminuição do bem-estar psicológico e e no agravamento de riscos para a saúde física (Sbarra & Portley, 2011⁸³, citado por Pereira et. al., 2013).

⁸⁰ Wallerstein, J. S., & Blakeslee, S. (1990). *Padres e hijos después del divorcio*. Buenos Aires: Vergara.

⁸¹ Mikusko, B. (2008). Time and the decision to divorce. *Be smart: Prepare yourself for divorce mediation*. Retirado de WWW.bradymikusko.com.

⁸² Emery, E. R. (1994). *Divorce, child custody and mediation*. New York: The Guilford Press.

⁸³ Sbarra, D. A., Law, R. W., & Portley, R. M. (2011). Divorce and death: A meta-analysis and research agenda for

Existem outros que têm a capacidade de lidar de forma mais adaptativa com a separação conjugal (Amato, 2010⁸⁴; Mancini, Bonanno, & Clark, 2011⁸⁵, citado por Pereira et. al., 2013).

Nas últimas décadas o divórcio tem contribuído, significativamente, para mudanças estruturais familiares em prejuízo das famílias (Teachman, Tedrow, & Hall, 2006⁸⁶, citado por Pereira et. al., 2013).

Considerando o impacto da qualidade da relação conjugal ao nível da saúde física e psicológica e da satisfação global com a vida, entre outros (Khazaei, Rostami & Zaryabi, 2011) e, o facto do seu declínio estar fortemente associado ao aumento de casos clínicos - depressão, ansiedade, doenças, internamentos (Narciso & Costa, 2009) e ao elevado número de divórcios (Shackelford & Buss, 2000), situação que envolve consideráveis prejuízos individuais, sociais e familiares (Teachman, Tedrow, & Hall 2006), tornou-se pertinente investigar variáveis que permitam um melhor conhecimento sobre o tema. Uma melhor compreensão acerca da inter-relação entre estas variáveis poderá contribuir em termos práticos para intervenções mais eficazes. Os resultados poderão ainda fornecer algumas pistas no sentido de prevenir certas dificuldades conjugais ou, inclusivamente, ruturas.

3.2 Objetivos

O objetivo geral do estudo foi investigar a relação entre a vinculação, empatia, assertividade e satisfação nas relações em casais jovens e adultos.

Pretendeu-se efetivamente perceber se a vinculação precoce está relacionada com o desenvolvimento de empatia e assertividade. Adicionalmente procurou-se avaliar qual a relação entre estas variáveis e a qualidade do relacionamento conjugal, nomeadamente a satisfação conjugal.

⁸⁴ Amato, P. R. (2010). Research on divorce: Continuing trends and new developments. *Journal of Marriage and Family*, 72, 650-666.

⁸⁵ Mancini, A. D., Bonanno, G. A., & Clark, G. E. (2011). Stepping off the hedonic treadmill: Individual differences in response to major life events. *Journal of Individual Differences*, 32, 144-152.

⁸⁶ Teachman, Tedrow, & Hall. (2006). The demographic future of divorce and dissolution. In M. A. Fine & J. H. Howard (Eds.), *Handbook of divorce and relationship dissolution* (pp. 59-82). Mahwah, NJ: Erlbaum.

3.3 Hipóteses

Em consonância com objetivos propostos foram formuladas as seguintes hipóteses:

Hipótese 1:

- Indivíduos com vinculação segura na infância evidenciaram níveis mais elevados de empatia e assertividade comparativamente com aqueles com vinculação insegura.

Hipótese 2:

- Existe uma relação entre a vinculação precoce e a satisfação conjugal. Indivíduos com padrões de vinculação segura tenderam a apresentar níveis mais elevados de satisfação nas relações conjugais.

- Existe uma relação entre a empatia e assertividade e, a satisfação conjugal.

Indivíduos mais empáticos tendem a ser mais assertivos e quanto maiores os níveis destas variáveis maior a satisfação destes na relação conjugal.

Capítulo IV -Metodologia

4.1. Participantes

Para a realização da presente investigação recorreu-se a uma amostra de conveniência composta por 100 sujeitos que constituem a amostra de 50 casais. Todos os sujeitos estão envolvidos numa relação heterossexual, casados ou em união de facto, com um tempo mínimo de dois anos de coabitação, com ou sem filhos.

A tabela 1 descreve as principais características sociodemográficas dos 100 indivíduos, 50 do género feminino, com uma média de idades de 38.42 anos (DP= 10.1) e com um relacionamento médio de 2.72 anos (DP=2.64), 50 do género masculino, com uma média de idades de 40.44 anos (DP= 9.95) e com uma duração média para o relacionamento de 2.64 anos (DP= 1.12). No que concerne às habilitações académicas, salientamos que a maioria dos indivíduos possuiu o ensino secundário.

Tabela 1 - Análise das variáveis sócio demográficas em função do género

	Feminino		t	Feminino		t
	M	DP		M	DP	
Idade	38.42	10.10	26.8	40.44	9.95	28.7
Duração de Relacionamento (nr. anos)	2.72	2.64	17.9	2.64	1.12	16.6
	Feminino			Masculino		x ²
	N	%		N	%	
Nacionalidade						.619
Portuguesa	44	88		47	94	
Brasileira	4	8		3	6	
Belga	1	100				
Romena	1	100				
Estado Civil						.841
Casado (a)	31	62		28	56	
União de facto	19	38		22	44	
Habilitações Literárias						.714
2º Ciclo do ensino Básico	1	2		6	12	
3º Ciclo do ensino Básico	9	18		6	12	
Ensino Secundário	21	42		20	40	
Licenciatura	11	22		15	30	
Mestrado	7	14		2	4	
Doutoramento	1	2		1	2	
Profissão						.474
Técnico Superior	17	14		14	28	
Ajudante técnico	17	14		14	28	
Trabalhador especializado	10	20		8	16	
Trabalhador n. Especializado	1	2		6	12	

Não foram encontradas diferenças de género estatisticamente significativas nas variáveis sócio demográficas em análise.

4.2. Descrição dos Instrumentos

4.2.1 Escala de Comportamento Interpessoal (ECI-R)

A Escala de Comportamento Interpessoal - ECI-R, versão reduzida (Vagos & Pereira, 2010), é um instrumento multidimensional de avaliação da assertividade, resultante da tradução e adaptação da Scale for Interpersonal Behaviour (Arrindell & van der Ende, 1985).

É composta por 25 itens com duas escalas de resposta de tipo *Likert* em 5 pontos. Uma refere-se à intensidade de desconforto/tensão sentida pelo indivíduo no desempenho de comportamentos assertivos (1. “nada”; 5. “extremamente”). A outra é referente à frequência da prática desses comportamentos (1. “nunca” ; 5. “sempre”).

Estas subescalas avaliam a demonstração de sentimentos negativos - expressão de desacordo/incómodo ou defesa dos próprios direitos; a expressão e gestão de limitações pessoais - admitir falhas e gerir críticas; a assertividade de iniciativa - tomada de iniciativa e autoexpressão; a assertividade positiva - capacidade de expressar e gerir sentimentos positivos. Uma nota mais alta nas respostas e na frequência com que ocorrem indica maior dificuldade nos comportamentos interpessoais.

Foram obtidos índices adequados de fidelidade em todas as subescalas: (a) Assertividade $\alpha = 0,78$ para desconforto e $\alpha = 0,67$ para comportamento; (b) Expressão e gestão de limitações pessoais $\alpha = 0,71$ para desconforto e $\alpha = 0,67$ para comportamento; (c) Assertividade de iniciativa $\alpha = 0,76$ para desconforto e $\alpha = 0,72$ para comportamento e (d) Assertividade positiva $\alpha = 0,78$ para desconforto e $\alpha = 0,75$ para comportamento. Para a escala completa foram obtidos valores de consistência interna bons, $\alpha = 0,90$ para desconforto e $\alpha = 0,85$ para comportamento (Vagos & Pereira, 2008).

4.2.2 O Índice de Reatividade Interpessoal (IRI)

O Índice de Reatividade Interpessoal - IRI (Mark Davis, 1983, adaptação

portuguesa de Limpo, Alves & Castro 2010) foi construído conjugando itens de escalas unidimensionais de empatia com novos itens (Davis, 1980). É constituído por 28 itens sobre sentimentos e pensamentos que a pessoa pode, ou não, ter experienciado subdivididos em quatro subescalas de resposta de tipo *Likert* em 5 pontos (0. “*Não me descreve bem*”; e 4. “*Descreve-me muito bem*”), cada uma com 7 itens: Tomada de Perspetiva, referente à tendência para adotar os pontos de vista do outro; Preocupação Empática, que mede a capacidade de experienciar sentimentos de compaixão e preocupação pelo outro; Desconforto Pessoal, que avalia sentimentos de ansiedade, apreensão e desconforto em contextos interpessoais tensos; e Fantasia, que estima a tendência da pessoa para se colocar em situações fictícias. A dimensão cognitiva da empatia é apreciada através da tomada de perspetiva, e a dimensão afetiva pelas restantes subescalas.

Notas mais elevadas na tomada de perspetiva correspondem a melhor funcionamento interpessoal e auto-estima, e menor emocionalidade; no desconforto notas mais elevadas indicam pior competência social e baixa auto-estima, e a elevada vulnerabilidade emocional; notas elevadas na preocupação empática e a fantasia caracterizaram-se por uma relação positiva com a reatividade emocional.

Estudos sobre o IRI original e versões adaptadas noutras línguas confirmaram a estruturação nas quatro subescalas e revelaram consistência adequada, $\alpha = 0,74$ para tomada de perspetiva; $\alpha = 0,77$ para preocupação empática; $\alpha = 0,81$ para desconforto pessoal; $\alpha = 0,83$ para fantasia. Verificou-se, igualmente, uma boa estabilidade teste-reteste.

4.2.3. Escala de Ajustamento Diádico Revista (R-DAS)

A Escala de Ajustamento Diádico Revista - R-DAS (Busby, et al., Larson, 1995; versão Portuguesa de Pereira, Canavarro & Narciso, 2005 em estudo) é um instrumento composto por 14 itens e três subescalas: *Consenso*, *Satisfação* e *Coesão*.

Consiste num questionário de autopreenchimento de 14 itens subdivididos em três subescalas que podem ser analisadas separadamente: consenso diádico, satisfação diádica e coesão diádica. O formato de resposta é de 6 pontos (1. Sempre / sempre de

acordo; 5. Nunca / sempre em desacordo) com exceção de um dos itens que tem 5 pontos 0.Nunca; 4.Todos os dias).

O *consenso* é constituído por três dimensões: tomada de decisões valores e afetos; a *satisfação* é composta por duas dimensões: estabilidade e conflito e, a coesão engloba duas dimensões: atividades e discussão.

O resultado total da RDAS (tanto na versão original como na portuguesa) pode variar de 0. a .69 em que um resultado igual ou superior a 48 é indicador de ausência de distresse no casal. O instrumento demonstra elevada consistência interna $\alpha = 0.90$.

Dinkel & Balck (2006), sustentam que o modelo revisto tem melhores qualidades psicométricas do que a original (Costa, Pereira & Leal, 2011). A escala avalia a qualidade do relacionamento conjugal em termos globais.

A validação desta escala para a população portuguesa encontra-se atualmente em curso.

4.2.4. Attachment Scale (AS)

A Escala de Vinculação modificada - Attachment Scale - AS (Hazan, & Shaver, 1987, versão portuguesa de Carvalho, 2007), é constituída por três descrições que correspondem a três estilos de vinculação: seguro, ansioso/ambivalente e evitante. De entre as três alternativas possíveis, os indivíduos são classificados segundo a opção escolhida consoante o modelo habitual dos seus relacionamentos.

Os resultados do estudo realizado por Hazan e Shaver (1987), em adultos demonstraram que aproximadamente, 56% dos participantes evidenciaram vinculação segura, 25% evitante e 19% ansiosa/ambivalente. O estudo da estabilidade temporal deste instrumento, pelo método teste-reteste (1semana), evidenciou uma correlação igual a.60, indicador de uma estabilidade moderada (Hazan & Shaver, 1987).

5. Procedimento

Inicialmente procedeu-se ao pedido de autorização formal aos autores das medidas para a sua utilização.

A recolha de dados foi operacionalizada através de um conjunto de questionários com perguntas fechadas e instruções padronizadas. O método de recolha foi através de questionários em papel, online e via e-mail.

Todos os questionários foram acompanhados da declaração de consentimento informado e informação resumida dos objetivos gerais do estudo, sendo assegurada a total confidencialidade dos dados e garantida a utilização restrita dos mesmos à presente investigação.

Os participantes foram recrutados via internet, pelo que foram disponibilizados os questionários *online*, individualmente ou através do e-mail. De forma a garantir a recolha de dados dos casais, no início do protocolo foi dada a seguinte instrução: - Coloque a primeira letra do Primeiro Nome e Apelido do participante do sexo masculino + primeira letra do Primeiro Nome e Apelido do participante do sexo feminino + Mês e Ano do início da relação (ex. AMPT102001).

O período de recolha de dados decorreu entre Fevereiro e Junho de 2015.

O presente estudo teve como objetivo explorar as relações entre a vinculação, empatia, assertividade e satisfação conjugal.

Todos os cálculos efetuados no decorrer do estudo foram executados e analisados através do SPSS 22, sendo que o nível de significância utilizado foi de 5 % ($p \leq 0,05$).

Capítulo V - Resultados

5.1. Comparações entre casais

Numa fase inicial serão apresentados os resultados das diferenças de género para as dimensões dos estilos de vinculação, empatia, assertividade e satisfação conjugal, para de seguida se realizarem as comparações entre géneros e entre os casais para as dimensões, vinculação, empatia, assertividade e satisfação conjugal.

5.1.1. Diferenças de género para os estilos de vinculação

A tabela 2 mostra os resultados obtidos pelo estudo das associações entre os estilos de vinculação e o género.

Tabela 2 - Associação dos estilos de vinculação em função do género

	Feminino		Masculino		χ^2
	N	‰	N	‰	
Vinculação					
Vinculação segura	38	76	34	68	0.18
Vinculação Amb/Ins	6	12	9	18	
Vinculação Amb/Evi	6	12	7	14	

Legenda: Amb/Ins.: Ambivalente / Insegura; Amb/Evi.: Ambivalente/ Evitante

A maior parte dos participantes, independentemente do género relatou ter uma vinculação segura na infância.

Não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas entre os estilos de vinculação para a variável género.

5.1.2 Diferença em função do casal para a empatia, assertividade e satisfação conjugal

De forma a averiguarmos a percepção dos casais em relação ao somatório das variáveis em análise foram conduzidos testes *t* de Student para as amostras emparelhadas, empatia, assertividade e satisfação conjugal. Na tabela 3 podemos observar o valor das médias, desvio padrão, *t* e a respetiva significância, para o somatório total das dimensões da empatia assertividade e satisfação conjugal em função do casal.

Tabela 3 - Resultados dos testes *t* para amostras emparelhadas para o somatório total das variáveis em estudo para os casais.

Casais					
	Mulheres		Homens		t
	M	DP	H	DP	
Empatia					
Tomada Perspetiva	12.1	3.93	11.7	4.24	.822
Preocupação Empática	18.2	3.75	15.4	4.72	2.51
Desconforto Pessoal	9.16	3.92	7.44	3.92	2.10
Fantasia	11	3.55	8.74	3.50	2.26
Somatório Total Empatia	57.1	9.49	50.06	11.3	3.21**
Satisfação Conjugal					
Consenso	21.9	4.69	22	3.20	.179
Satisfação	14.1	3.96	14.6	3.78	-1.02
Coesão	12.7	4.38	12.1	3.69	-.074
Somatório Total SC	48.2	12.4	49.2	9.09	-.703
Assertividade 1					
Assertividade Negativa	16.1	3.37	14.7	3.49	2.77
Expressão Gestão Limitações	15.8	3.62	14.6	4.18	1.59
Assertividade Iniciativa	16.1	4.19	14.7	3.74	1.94
Assertividade Positiva	16.8	3.49	15.3	4.08	2.22
Somatório Total Assertividade	69.9	13.5	71.9	13.5	.339
Assertividade 2					
Assertividade Negativa	15.2	2.94	15.1	3.29	-.760
Expressão Gestão Limitações	18.7	2.99	18	3.82	1.79
Assertividade Iniciativa	18	3.65	18.5	4.12	2.61
Assertividade Positiva	19	3.54	17.7	4.21	2.61
Somatório Total Assertividade	73.6	10.2	71.9	13.6	.762

Legenda: Assertividade 1: intensidade de desconforto ou ansiedade sentida em eventos sociais potencialmente ativadores de resposta assertiva; Assertividade 2: frequência da prática de comportamento assertivo * $p \leq .05$; ** $p \leq .01$;

Foram obtidas diferenças estatisticamente significativas na dimensão global da empatia em função dos casais *t* (49) 3.21, $p = .002$, relatando o género feminino níveis mais elevados de empatia ($M = 57.1$; $DP = 9.49$) do que o género masculino ($M = 50.6$; $DP = 11.3$).

Tabela 4 - Diferenças em função dos estilos de vinculação para a empatia e assertividade (homens).

	Vinculação Segura		Vinculação Insegura		t
	M	DP	M	DP	
Empatia					
Tomada Perspetiva	12	4.24	10.9	4.50	.855
Preocupação Empática	15.4	4.72	16.4	4.14	-.722
Desconforto Pessoal	7.44	3.97	4.14	2.93	-1.62
Fantasia	8.74	3.50	8.44	3.59	.279
Assertividade 1					
Assertividade Negativa	14.7	3.49	15.7	3.64	-.945
Expressão Gestão Limitações	14.6	4.18	16	3.82	-1.12
Assertividade Iniciativa	14.7	3.74	17	2.56	-2.24
Assertividade Positiva	15.3	4.08	16.4	3.11	
Assertividade 2					
Assertividade Negativa	15.2	3.38	14.8	3.16	-.914
Expressão Gestão Limitações	18	4.12	18.1	3.20	.420
Assertividade Iniciativa	19	4.24	17.5	3.77	-.057
Assertividade Positiva	17.9	4.18	17.3	4.37	1.25

Legenda: Assertividade 1; intensidade de desconforto ou ansiedade sentida em eventos sociais potencialmente ativadores de resposta assertiva; Assertividade 2: frequência da prática de comportamento assertivo

Não foram encontradas diferenças em função dos estilos de vinculação nos homens em nenhuma das dimensões da empatia e da assertividade.

Tabela 5 - Diferenças em função dos estilos de vinculação para a empatia e assertividade (mulheres).

	Vinculação Segura		Vinculação Insegura		t
	M	DP	M	DP	
Empatia					
Tomada Perspetiva	12	3.93	13	4.14	-.761
Preocupação Empática	18.2	3.75	16.9	3.31	1.08
Desconforto Pessoal	9.16	3.92	9.75	5.08	-.424
Fantasia	11	3.55	9.45	3.55	1.41
Assertividade 1					
Assertividade Negativa	16	3.37	17.6	4.55	-1.41
Expressão Gestão Limitações	15.8	3.62	18.5	4.65	-1.78
Assertividade Iniciativa	16.1	4.16	18.5	3.11	-1.45
Assertividade Positiva	16.8	3.49	13	4.14	-.544
Assertividade 2					
Assertividade Negativa	15.1	2.60	15.6	3.92	-.839
Expressão Gestão Limitações	18.5	3.06	19.3	2.77	7.19
Assertividade Iniciativa	18.2	3.78	17.4	3.26	-.627
Assertividade Positiva	18.8	3.42	19.5	4.03	-1.85

Legenda: Assertividade 1; intensidade de desconforto ou ansiedade sentida em eventos sociais potencialmente ativadores de resposta assertiva; Assertividade 2: frequência da prática de comportamento assertivo.

Não foram encontradas diferenças em função dos estilos de vinculação nas mulheres em nenhuma das dimensões da empatia e da assertividade.

5.1.3. Relações entre a vinculação, empatia, assertividade e satisfação conjugal

As correlações entre a vinculação, empatia, assertividade e satisfação conjugal, foram estudadas em função do género (devido à existência de diferenças estatisticamente significativas na análise do somatório total de algumas das variáveis), através do coeficiente de correlação de Pearson. A Tabela 6 demonstra os resultados obtidos no género feminino.

Tabela 6 - *Relações entre o somatório da empatia, ajustamento diádico, vinculação e assertividade para o género feminino.*

	Somatório Empatia	Somatório Ajustamento Diádico	Somatório Vinculação	Somatório Assertividade
S. Empatia				
S. Ajustamento	.079			
S. Vinculação	.116	.130		
S. Assertividade	.444**	-.406**	.081	

* $p \leq .05$; ** $p \leq .01$;

Os resultados obtidos evidenciaram a existência de correlações positivas entre o somatório da empatia e o somatório da assertividade ($r=.444$; $p=.001$) e correlações negativas entre o somatório do Ajustamento Diádico e o somatório da Assertividade ($r= -.406$; $p=.003$) para o género feminino.

Estes resultados indicam que as mulheres mais assertivas em termos gerais, são globalmente mais empáticas e menos satisfeitas com a relação conjugal.

	Somatório Empatia	Somatório Ajustamento Diádico	Somatório Vinculação	Somatório Assertividade
Tabela 7-				
S. Empatia				
S. Ajustamento	.079			
S. Vinculação	.018	.075		
S. Assertividade	.404**	-.077	.013	

* $p \leq .05$; ** $p \leq .01$;

Relações entre o somatório da empatia,

ajustamento diádico, vinculação e assertividade para o género masculino

Os resultados obtidos evidenciaram a existência de correlações positivas entre o somatório da empatia e o somatório da assertividade ($r=.404$; $p=.004$).

Do ponto de vista global da empatia e da assertividade os homens mais assertivos demonstram ser mais empáticos.

5.1.4. Relações entre a empatia, assertividade e satisfação conjugal em função do género

A Tabela 8 apresenta os resultados obtidos pela análise das correlações entre a assertividade e a empatia para o género feminino através do procedimento estatístico, correlação de Pearson.

Tabela 8 - *Relação entre a assertividade e empatia para o género masculino*

	Tomada perspetiva	Preocupação Empática	Desconforto pessoal	Fantasia
Assertividade				
Ass. Negativa	.198	.091	.031	-.163
Exp. G. Limitações	.202	.144	.015	-.101
Ass. Iniciativa	.200	.159	.016	-.120
Ass. Positiva	.308*	.198	-.120	.109

* $p \leq .05$; ** $p \leq .01$;

Os resultados obtidos evidenciaram a existência de correlações estatisticamente significativas relativamente à assertividade positiva para a tomada de perspectiva ($r=.308$; $p=.029$).

Estes resultados sugerem que os homens mais assertivos no que refere à expressão de sentimentos positivos, tendem a ter mais capacidade para adotar o ponto

de vista do outro.

Tabela 9 - Relação entre a assertividade e empatia para o género feminino

	Tomada perspetiva	Preocupação Empática	Desconforto pessoal	Fantasia
Assertividade				
Ass. Negativa	.296*	.224	-.149	-.048
Exp. Limitações	.190	.182	.265	.053
Ass. Iniciativa	.127	.385**	.086	-.009
Ass. Positiva	.213	.339*	-.052	.094

* $p \leq .05$; ** $p \leq .01$;

Os resultados obtidos evidenciaram a existência de correlações estatisticamente significativas entre a dimensão assertividade relativamente à assertividade negativa para a tomada de perspectiva ($r=.296$; $p=.037$).

A dimensão assertividade de iniciativa correlacionou-se de forma moderadamente significativa com a preocupação empática ($r=.385$; $p=.006$). Por último, os resultados obtidos evidenciariam, ainda, a existência de correlações estatisticamente significativas entre a dimensão da assertividade positiva e a preocupação empática ($r=.339$; $p=.016$).

Os resultados sugerem que as mulheres mais assertivas na expressão de sentimentos negativos tendem a ter mais capacidade para adotar o ponto de vista do outro e, quanto mais assertivas na tomada de iniciativa e na expressão de sentimentos positivos maior a preocupação empática.

A tabela 10 apresenta os resultados obtidos da análise das correlações entre assertividade e satisfação conjugal para o género masculino, através do procedimento estatístico correlação de Pearson.

Tabela 10 -	Consenso	satisfação	Coesão	Relação
Assertividade				
Asser. Negativa	.317*	.058	.058	entre assertividade e satisfação 70
Exp. G. Limitações	.407**	.051	.051	
Asser. Iniciativa	.292*	.048	.048	
Asser. Positiva	.545*	.192	.192	

* $p \leq .05$; ** $p \leq .01$;

conjugal para o género masculino

Verificaram-se correlações estatisticamente significativas entre dimensão da satisfação conjugal, nomeadamente, o consenso para a assertividade negativa ($r=.317$; $p=.025$), Expressão geral de Limitações ($r=.407$; $p=.003$), assertividade de Iniciativa ($r=.292$; $p=.040$) e para assertividade positiva ($r=.545$; $p=.000$).

Os homens que apresentaram mais capacidade na expressão de sentimentos positivos e negativos, na expressão geral de limitações pessoais e na tomada de iniciativa, demonstraram mais satisfação com a relação no que refere ao consenso.

5.1.5. Análise dos fatores preditores do Somatório total do Comportamento Interpessoal

Com o objetivo de determinar, de entre as dimensões da empatia e do ajustamento diádico os fatores que melhor previam o comportamento interpessoal foram realizadas desta forma análises de regressão linear múltipla, em separado, para ambos os géneros. A tabela 10 demonstra o modelo preditor obtido para os participantes do género feminino.

Tabela 11 - *Preditores do comportamento interpessoal para o género feminino*

VD	Passos	VI	R ²	R ² aj.	β	t
Somatório total comportamento interpessoal	1	Preocupação empática	.132	.113	.363	2.66
Variância explicada				11.3%		

* $p \leq .05$; ** $p \leq .01$;

Foi obtido um modelo preditor para o somatório total do comportamento interpessoal, a preocupação empática, para o género feminino ($\beta = .363$; $t = 2.66$; $p = .010$), que explica, no seu conjunto, 11.3% da variância total. Assim quanto maiores os níveis de empatia maiores os níveis de assertividade.

Tabela 12- *Preditores do comportamento interpessoal para o género masculino*

VD	Passos	VI	R ²	R ² aj.	β	t
Somatório total	1	Coesão	.203	.186	.384	.318
Comportamento Interpessoal	2	Tomada de perspectiva	.335	.307	.370	.306
Variância explicada				49.3%		

* $p \leq .05$; ** $p \leq .01$;

Foi obtido um modelo preditor para o somatório total do comportamento interpessoal, para o género masculino, a coesão ($\beta = .384$; $t = .318$; $p = .003$) e a tomada de perspectiva ($\beta = .370$; $t = .306$; $p = .004$) que explica, no seu conjunto, 49.3% da variância total.

Estes resultados demonstraram que os homens com níveis de coesão mais elevados e de tomada de perspectiva relataram mais assertividade.

Capítulo VI - Discussão

6.1. Interpretação dos resultados

O presente estudo teve como principal objetivo investigar a relação entre a vinculação, empatia, assertividade e satisfação nas relações em casais jovens e adultos.

Procurou-se analisar as diferenças de género entre a vinculação, empatia e assertividade e relacionar estas três variáveis com a satisfação conjugal.

Esperávamos encontrar diferenças estatisticamente significativas relativamente aos estilos de vinculação, no sentido dos indivíduos com padrões de vinculação segura demonstrarem mais empatia e assertividade e mais satisfação conjugal.

Também se esperava que quanto mais elevados os níveis de empatia e assertividade, mais os indivíduos sentissem satisfação na relação.

6.1.1. Comparações entre géneros/casais

Os resultados obtidos através da análise das diferenças de género para os padrões de vinculação, não apresentaram diferenças estatisticamente significativas. No entanto, importa salientar que a grande maioria dos indivíduos apresentou padrões de vinculação segura, tanto o género feminino como o masculino. Com efeito, Matos e Costa (2006) apontam o padrão de vinculação seguro como o mais usual e, normalmente, as diferenças de género não são identificadas pela literatura.

Relativamente à análise da vinculação, empatia e assertividade não foram obtidas diferenças significativas em nenhuma das dimensões destas variáveis para ambos os géneros. Era esperado que os indivíduos (tanto os homens como as mulheres) com padrão de vinculação seguro relatassem níveis mais altos de empatia, assertividade e satisfação conjugal comparativamente com os indivíduos com padrão inseguro. De acordo com a literatura, as capacidades empáticas e assertivas estão relacionadas com os estilos de vinculação na infância (Decety & Sveltova, 2012). Adultos que experienciaram uma vinculação segura evidenciam níveis mais elevados de empatia tanto cognitiva como afetiva (Needham & Cummings, 2001). No entanto, tal como afirmado por Mikulincer & Shaver, (2007) o modo de operacionalização do sistema de vinculação poderá não depender unicamente das representações precoces, mas também da qualidade dos vínculos atuais (Mikulincer & Shaver, 2007). A inexistência de diferenças encontradas no nosso estudo, em parte, também pode ser explicada por este motivo. Isto explica, igualmente, a necessidade de ter sido utilizada uma medida que avaliasse a vinculação na idade adulta. Os resultados poderiam ter conduzido a outras conclusões. Outro dos motivos prende-se com o fato das competências sociais como a

empatia e assertividade poderem ser aperfeiçoadas ou deterioradas ao longo do ciclo vital dependendo das interações em que se movimentam. Os comportamentos sociais refletem estilos de interações passadas, mas também atuais (Villa, 2005). Sob este ponto de vista, os baixos níveis de empatia e assertividade encontrados nesta análise poderão dever-se aos estilos de interação do indivíduo ao longo do seu percurso de vida.

Na análise das diferenças em função do casal para a empatia, assertividade e satisfação conjugal foram obtidas diferenças nos casais no sentido de que as mulheres demonstraram ser mais empáticas do que os homens. Efetivamente, o estudo de Sardinha e colaboradores (2009) demonstrou que os homens avaliaram as mulheres como mais empáticas do que foram avaliados pelas próprias.

O fato de que as mulheres são apontadas como mais empáticas tem sido amplamente constatado. Por exemplo, na adaptação portuguesa do *Índice de Reatividade Interpessoal*, embora o instrumento não avalie especificamente o contexto conjugal as mulheres tiveram resultados superiores aos dos homens em todas as sub-escalas da empatia (Limpo, Alves & Castro, 2010). Estes resultados estiveram de acordo com a escala original desenvolvida por Davis (1980) demonstrando que as mulheres são em média mais empáticas do que os homens. Provavelmente devido a fatores culturais e educacionais na medida em que o sexo feminino é mais orientado para o relacionamento interpessoal (Garaigordobil & Garcia de Galdeano, 2006).

Estes resultados são importantes na medida em que consistem num fator de influência da satisfação conjugal. Segundo Oliveira e colaboradores (2009), indivíduos cujos parceiros são empáticos demonstram ser mais satisfeitos no casamento. Por seu turno, Davis e Oathout (1987) defendem que as percepções do comportamento do parceiro romântico influenciam significativamente a atitude empática. Assim, quanto mais habilidades sociais e satisfação com a relação um dos parceiros demonstrar maior a probabilidade do outro também o fazer (Sbicigo e Lisboa 2009).

No entanto, no que concerne à satisfação conjugal não se verificaram diferenças entre os casais em estudo o que foi de encontro ao estudo de Oliveira, Falcone e Ribas (2009) em que também não foram encontradas diferenças significativas neste âmbito.

O mesmo se verificou em relação à assertividade. Neste sentido a literatura é algo divergente. Há estudos que não confirmam diferenças de género para esta variável (Bandeira, Quaglia, Bachetti, Ferreira, & Souza 2005). Outros relacionam a dimensão da assertividade positiva referente à expressão de sentimentos positivos como sendo uma característica predominantemente masculina (Villa, 2005) e outros mostram as mulheres como mais habilidosas na expressão de sentimentos positivos e os homens na expressão de sentimentos negativos e na habilidade de fazer solicitações (Del Prette & Del Prette, 2001; Caballo, 1993).

6.1.2. Correlações

As correlações entre os somatórios da vinculação, empatia, assertividade e satisfação conjugal indicaram que as mulheres mais assertivas, de modo geral, são globalmente mais empáticas.

As correlações entre as dimensões destas variáveis também demonstraram que as mulheres mais assertivas, especificamente, na expressão de sentimentos positivos e negativos e, na tomada de iniciativa, são mais empáticas no que refere à tomada de perspectiva e preocupação empática. Não foram encontrados estudos que confirmassem, especificamente, estes resultados. Contudo a literatura é clara em relação à existência de associações entre a empatia e a assertividade referindo, inclusivamente, que a ação conjunta destas competências produz maior eficácia nas interações do que agindo cada uma isoladamente Falcone (2003).

Na análise do somatório do ajustamento diádico e assertividade, ao contrário do que era esperado, os resultados indicaram que as mulheres mais assertivas apresentam índices baixos de satisfação conjugal. No entanto, estas conclusões são relevantes na medida em que podem contribuir para se chegar a uma melhor compreensão acerca da forma como os indivíduos interagem dentro do contexto conjugal e, identificar possíveis défices ao nível das variáveis que interferem na qualidade da relação. Estes resultados podem estar relacionados com o tipo de resposta do cônjuge perante o comportamento assertivo emitido. Neste sentido a causa da insatisfação estaria relacionada com uma resposta não assertiva (passiva e/ou agressiva) por parte do cônjuge, produzindo sentimentos de frustração e insatisfação. Segundo

(Back & Back, 2005), a continuidade de respostas passivas desencadeia sentimentos de frustração e, inclusivamente, revolta visto que os indivíduos (alvo deste tipo de respostas) têm que fazer deduções em relação às opiniões do outro. Por vezes, a necessidade de tomar decisões complicadas obriga, até, a desrespeitar o outro por não se conhecer a sua opinião. Por seu turno, a coercividade e inflexibilidade das respostas agressivas dificultam as interações. Estas sugestões relevam a importância do comportamento assertivo.

Outro dos motivos explicativos deste resultado poderá ser o desajustamento diádico, por parte do parceiro. Numa perspetiva diádica, tem sido referido que o ajustamento individual de um dos elementos do casal é importante não apenas para o próprio ajustamento conjugal ao longo do tempo, mas também para o ajustamento individual e conjugal do seu companheiro (Whisman & Baucom, 2012).

Os resultados das correlações entre o somatório da vinculação, empatia, assertividade e satisfação conjugal para os homens demonstraram que os homens mais assertivos, do ponto de vista global, tendem a ser também mais empáticos, tal como era esperado. Estes resultados estiveram de acordo com os obtidos na análise das dimensões específicas da empatia e da assertividade em que os homens mais assertivos na expressão de sentimentos positivos, demonstraram ser mais empáticos no que refere à tomada de perspetiva. Não foram encontrados estudos que expressassem estas conclusões, específicas para o género masculino. Contudo, como já referido, Falcone (2003) confirma esta tendência e, o estudo de Villa (2003) evidenciou níveis elevados de habilidade de auto-afirmação de sentimento positivo, nos homens, competência relacionada com a empatia e a assertividade.

Os resultados obtidos nas correlações entre a assertividade e satisfação conjugal, evidenciaram que os homens mais assertivos (em todos os aspetos da dimensão da assertividade) apresentaram maior satisfação na relação, nomeadamente, no que diz respeito ao consenso. Estes resultados estiveram de acordo com o que era esperado. O estudo de Villa (2005) demonstrou que a satisfação dos homens com a relação está relacionada com o seu próprio estilo interpessoal. Nesta ótica, o estilo

assertivo do homem explica a forma como este sente na relação. A expressão, adequada, de sentimentos, necessidades, desejos, opiniões, crenças, aumenta a autoestima e o autocontrolo, produzindo, naturalmente, uma maior satisfação no próprio e no relacionamento (Back & Back, 2005).

A análise dos preditores do comportamento interpessoal, permitiu concluir que as mulheres que demonstraram pontuações mais altas na dimensão da empatia referente à preocupação empática são mais assertivas, ou seja, a empatia afetiva é o fator que mais contribui para o comportamento assertivo na mulher. Estes resultados concordam com o já anteriormente verificado na análise geral destas variáveis. Não foram encontrados estudos que confirmassem estas conclusões.

A salientar que a pontuação elevada na dimensão afetiva da empatia pode estar relacionada com características próprias das mulheres na medida em que estas, normalmente, são mais expressivas no que respeita aos afetos.

Em relação aos homens, a coesão e a tomada de perspetiva foram os fatores que mais contribuíram para a assertividade. Os indivíduos mais empáticos tendem a ser mais assertivos. Os comportamentos assertivos são orientados pelo nível de satisfação sendo que a coesão (referente a atividades e discussão) foi a dimensão que mais se relacionou com a assertividade. Estes resultados foram, parcialmente, consistentes com o anteriormente indicado de que os homens mais satisfeitos na relação são os que apresentam níveis mais elevados de Habilidades Sociais gerais. A referir que a dimensão empática que mais se relacionou com o comportamento assertivo foi a dimensão cognitiva. Isto parece estar na origem de certas dificuldades características nos homens no que toca à expressão dos afetos nas relações íntimas (Villa, 2005).

6.2. Limitações

Apesar de pertinente e dos resultados auferidos o presente estudo apresenta algumas limitações nomeadamente no que refere à dimensão da amostra.

Outra das limitações, apesar do cunho inovador, prende-se com o fato de não terem sido encontrados estudos que abordassem todo o conjunto das variáveis estudadas não permitindo fazer comparações com os resultados encontrados.

Por outro lado, no que respeita às medidas o instrumento utilizado para avaliar a empatia, *Índice de Reatividade Interpessoal*, avalia a empatia em vários contextos interpessoais, mas não especificamente no contexto conjugal (Oliveira, Falcone & Ribas, 2009). O mesmo aconteceu com a avaliação da assertividade. A *Escala de Comportamento Interpessoal* também não avalia esta competência, exclusivamente, no contexto conjugal. Este fato pode ter influenciado os resultados.

Relativamente à vinculação, neste tipo de estudo também deveria ter sido avaliada a vinculação na idade adulta.

Além do exposto, diversos participantes evidenciaram dificuldades na interpretação e compreensão dos questionários considerando-os também muito extensos, particularmente, o questionário do Comportamento Interpessoal. Estes aspetos podem ter conduzido a um enviesamento das respostas.

6.3. Sugestões

Em virtude das limitações encontradas na presente investigação, sugerimos que em estudos futuros sejam consideradas amostras de maior dimensão.

Também se sugere a realização de estudos que englobem todo o conjunto das variáveis aqui estudadas. Seria importante relacionar a empatia e assertividade, especificamente, com a vinculação e a satisfação conjugal. Os estudos encontrados com referência às habilidades sociais abordam estas competências a um nível mais global. Destas aptidões, a mais estudada no contexto conjugal tem sido a empatia. Em relação à assertividade, especificamente, não existe muita literatura nem medidas de avaliação.

Deste modo, sugere-se, em futuros trabalhos, a utilização de instrumentos de avaliação das habilidades sociais específicos deste contexto conjuntamente com os de carácter geral. Também, devido à escassez destes instrumentos em Portugal seria importante construir ou fazer adaptações para a população portuguesa.

Finalmente, um estudo longitudinal seria bastante importante, principalmente, no que refere à abordagem da vinculação.

6.4. Implicações para a prática clínica

Ainda que tenham sido encontradas algumas limitações, o presente estudo permitiu chegar a um melhor conhecimento e compreensão acerca das variáveis estudadas e o seu impacto na satisfação com a relação.

Os resultados das correlações obtidas entre as dimensões estudadas poderão, assim, contribuir para diagnósticos e intervenções mais adequadas uma vez que fornecem algumas pistas no sentido de prevenir certas dificuldades e até ruturas conjugais.

Algumas das diferenças encontradas entre homens e mulheres conduzem a um maior conhecimento em relação à forma de funcionamento de cada um em particular permitindo identificar áreas a ser trabalhadas ao nível individual e no contexto da relação (Scorsolini-Comin & Santos, 2014).

Neste sentido, é importante enfatizar o treino de habilidades sociais na terapia com casais visto que défices ao nível destas competências estão associados a vários problemas psicológicos e conjugais (Del Prette & Del Prette, 1999) sendo que o treino de habilidades sociais se apresenta como um método eficaz no tratamento destes problemas e na otimização de repertórios destas aptidões (Del Prette & Del Prette 2001).

Villa (2005) atesta que muitos casos de separação e/ou procura de ajuda terapêutica se devem, efetivamente, a défices relacionados com as competências sociais por parte de um ou ambos os membros do casal.

O treino de habilidades sociais é realizado em duas etapas: avaliação e intervenção. A avaliação visa a identificação de défices e/ou excessos comportamentais, antecedentes pessoais, respostas emocionais (habituais) concomitantemente com crenças distorcidas que contribuam para comportamentos sociais inadequados (Del Prette & Del Prette, 1999; Falcone, 2002).

A intervenção utiliza diversas técnicas como, ensaio comportamental, modelação, modelagem, feedback verbal e em vídeo, tarefas de casa, reestruturação cognitiva, resolução de problemas e relaxamento (Caballo, 2003; Del Prette & Del Prette, 1999).

No âmbito da saúde seria importante a criação de programas de formação para os profissionais de medicina geral e familiar uma vez que, frequentemente, estes constituem o primeiro recurso dos indivíduos aos quais recorrem devido a inúmeras queixas que estão na origem de desajustamentos causados por défices de competências sociais. A formação neste sentido poderá cooperar e fornecer ferramentas que funcionem como meios auxiliares de diagnóstico deste tipo de dificuldades.

A implementação de programas preventivos de promoção de competências destas aptidões em centros de saúde seria bastante benéfica.

Conclusão

As relações íntimas são consideradas das mais desejadas e parecem ser a principal fonte de felicidade. A qualidade da relação tem um impacto extremamente significativo, tanto na saúde mental como na saúde física e na vida profissional dos indivíduos (Narciso & Ribeiro, 2009). A literatura é unânime ao indicar que a satisfação conjugal é um componente essencial na vida de um casal (Scorsolini-Comin & Santos, 2008).

As habilidades sociais têm sido associadas a relações satisfatórias. Já défices a esse nível afetam a qualidade da relação (Sardinha, Falcone, & Ferreira, 2009) e conduzem a problemas conjugais (Villa, 2005).

Neste âmbito, procurou-se avaliar se existiria uma relação entre a empatia e assertividade e se estas contribuiriam para uma maior satisfação conjugal. Verificou-se que as mulheres quanto mais empáticas mais assertivas e quanto mais assertivas menos satisfeitas com a relação. Por sua vez, a assertividade nos homens correspondeu a maior satisfação conjugal.

Os homens revelaram ser mais assertivos no que refere à expressão de sentimentos positivos mostrando ter mais capacidade para adotar o ponto de vista do outro.

As mulheres mais assertivas no que diz respeito à expressão de sentimentos negativos tendem a ter mais capacidade para adotar o ponto de vista do outro e quanto mais assertivas na tomada de iniciativa e na expressão de sentimentos positivos maior a preocupação empática.

Na comparação entre casais verificou-se que as mulheres são mais empáticas do que os homens.

Foram obtidos como preditores do Comportamento Interpessoal para o género feminino, a preocupação empática e para o género masculino, a coesão e a tomada de perspetiva.

Os resultados apurados conferem o contributo deste trabalho na medida em que permitem compreender melhor a relação entre as variáveis estudadas cooperando na identificação de comportamentos que conduzem a problemas e insatisfação conjugais.

Desta forma, esperamos que o presente estudo contribua para a prevenção e/ou resolução de dificuldades conjugais e promoção de relações mais satisfatórias.

Referências Bibliográficas

- Ainsworth, M., D. S., & Bowlby, J. (1991). An Ethological Approach to Personality
- Ainsworth, M. (1984). Patterns of Infant-Mother Attachments: Antecedents and Effects on development. *Bulletin of the New York Academy of Medicine*. Vol. 61 (9):771–791. Development. *American Psychological Association*, Vol. 46 (4), pp 333-341.
- Ainsworth, M., Blehar, M., Waters, W. & Wall, S. (1978). Patterns of attachment: A psychological study of the Strange Situation. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Ainsworth, M. (1979). Attachment as related to mother-infant interaction. *Advanced Studies in Behavior*, 9, 1 –49.
- Ainsworth, M. (1977). Infant development and mother-infant interaction among Ganda and American families. In P. H. Leiderman & S. Tulkin (Eds.), *Culture and infancy: Variations on human experience*. New York: Academic Press.
- Ainsworth, M. (1967). *Infancy in Uganda: Infant care and the growth of love*. Baltimore: Johns Hopkins University Press.
- Ainsworth, M. D. & Ainsworth, L. H. (1958). *Measuring security in personal adjustment*. Rutledge Handbook of attachment: Theory. Toronto, Canada: University of Toronto Press.
- Alves, S., Pereira, M., Janeiro, C., Narciso, I., & Canavarro, C., (2014). O papel do ajustamento diádico na sintomatologia psicopatológica e qualidade de vida de doentes com perturbação psiquiátrica e dos parceiros saudáveis. *Análise Psicológica*, 32 (3), 323-339.
- Amato, P. R. (2010). Research on divorce: Continuing trends and new developments. *Journal of Marriage and Family*, 72, 650-666.
- Amato, P. R., Loomis, L. S., & Booth A. (1995). Parental divorce, parental marital conflict, and offspring well-being during early adulthood. *Social Forces*, 73 (3), 895-915. doi: 10.2307/2580551.
- Apperly, I. A. (2012). What is “theory of mind”? Concepts, cognitive processes and individual differences. *The Quarterly Journal of Experimental Psychology*, 65(5), 825-839. doi: org/10.1080/17470218.2012.676055cx.
- Argyle, M. (1967/1994). *Psicologia del comportamiento interpersonal*. Madri: Alianza Universidad (Originalmente publicado em 1967).

- Argyle, M. (1984). Some new developments in social skills training. *Bulletin of British Psychological Society*, 37, 405-410.
- Argyle, M. (1981). The nature of social skill. Km: M. Argyle (org.), *Social skills and health*. Londres: Methuen.
- Azevedo, Maria (2013). Vinculação em Casais Adultos e sua Relação com os Respetivos Estilos Parentais: Dissertação de mestrado apresentada à Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias de Lisboa. Acedido em 1 de Fevereiro de 2015 em <http://recil.grupolusofona.pt/handle/10437/5956>.
- Bandeira, M., Costa, M., Del Prette, Z., Del Prette, A., & Carneiro, Ger, E., (2000). Qualidades psicométricas do Inventário de Habilidades Sociais (IHS): estudo sobre a estabilidade temporal e a validade concomitante. *Estudos de Psicologia*. 2000, pp. 401-419.
- Barros, Luísa. (1998). As consequências psicológicas da hospitalização infantil: Prevenção e controlo. *Análise Psicológica*, 16 (1), 11-28. Acedido em 02 de Março de 2015 em http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0870-82311998000100003&lng=pt&tlng=pt.
- Batson, C.D. (1997). Self-other merging and the empathy - altruism hypothesis: reply do Neuberg et al. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 517-522.
- Bellack, A.S. & Hersen, M. (1977). Social skills training. *Behavior modification: An introductory textbook* (p. 141-171). Baltimore: The Williams e Wilking Company.
- Bolze, S. D. A., Crepaldi, M. A., Schmidt, B., & Vieira, M. L. (2013). Relacionamento Conjugal e Táticas de Resolução de Conflito entre Casais. *Actualidades en psicología*, 27 (114), 71-85. Acedido em 24 de Março de 2015 em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0258-64442013000100006&lng=pt&tlng=pt.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development* New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Vol. 3. Loss*. New York: Basic Books.
- Bowlby J. (1973). *Attachment and loss: Vol. 2. Separation*. New York: Basic Books.
- Bowlby J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. New York: Basic Books.

- Bowlby J. (1958). The nature of the child's tie to this mother. *International Journal of Psycho-Analysis*, 1958, 39, 350-373.
- Bowlby J., Robertson, J., & Rosenbluth, D. (1952). A Two years old goes to hospital. *The Psychoanalytic Study of the Child*, VII, 82-94.
- Bandeira, M., Quaglia, M., Bachetti, L., Ferreira, T., & Souza, G., (2005). Comportamento assertivo e sua relação com ansiedade, locus de controle e auto-estima em estudantes universitários. *Estudos de Psicologia*, 22 (2) I 111-121.
- Bandura, (1977). Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. *Psychology, Rev.* 84:191.215.
- Back, K., & Back, K. (2005). *Assertiveness at work: A practical guide to handling awkward situations* (3rd ed.). Columbus, OH: McGraw-Hill Company.
- Baron-Cohen, S., Wheelwright, S., Scahill, V., Lawson, J., & Spong, A. (2001). Are intuitive physics and intuitive psychology independent? A test with children with asperger syndrome. *Journal of Developmental and Learning Disorders*, 5, 47-78.
- Bartholomew, K. & Horowitz, L. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-244.
- Bratfisch, M. (1997). Maximização das relações conjugais através de um treinamento de habilidades sociais para casais. Monografia de conclusão de curso, Curso de Graduação em Psicologia, Universidade Federal de S. Paulo, SP.
- Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, 28, 759-775.
- Buck, R. & Ginsburg, B. (1997). Communicative genes and the evolution of empathy. In: W. Ickes (Ed.). *Empathic accuracy*. (pp. 17-43). New York: Guilford.
- Burlingham, D., & Freud, A. (1942). *Young Children in wartime*. London: Allen & Unwin.
- Caballo, V. E. (2007). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. Madrid. Siglo XXI de España Editores, S.A. Séptima edición, 2007.
- Campbell, A., Converse, P. E., & Rogers, W. L. (1976). *The quality of American life*. Nova York: Russel Sage Foundation.

- Canavarro, M. Cristina, Dias, Pedro, & Lima, Vânia. (2006). A Avaliação da Vinculação do Adulto: uma revisão crítica a propósito da aplicação da Adult Attachment Scale-R (AAS-R) na população Portuguesa. *Psicologia*, 20 (1), 155-186.
- Canavarro, M. C., & Pereira, A. I. (2007). A avaliação dos estilos parentais educativos na perspetiva dos pais: A versão portuguesa do EMBU-P. *Psicologia: Teoria Investigação e Prática*, 2, 271-286.
- Carneiro, Rachel S., & Falcone, E. M. O.. (2004). Um estudo das capacidades e deficiências em habilidades sociais na terceira idade. *Psicologia em Estudo*, 9(1), 119-126. Acedido em 12 Maio de 2015 em http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-73722004000100015&lng=en&tlng=pt.
- Chadwick, B. A., Albrecht, S. L., & Kunz, P. R. (1976). Marital and family rolesatisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 38(3), 431- 440.
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 644–663.
- Canale, J.R. & Beckley, S.R. (1999). Promoting altruism in troubled youth: considerations and suggestions. *North American Journal of Psychology*, 1, 95-102.
- Carvalho, M., Martins, E., Neves, L., & Soares, I. (2007). Vinculação e emoções. In Soares (Coord.). *Relações de vinculação ao longo do desenvolvimento: Teoria e avaliação*. Braga: Psiquilíbrios Edições.
- Carvalho, T. (2013). Determinantes da Satisfação Conjugal: Felicidade, Bem-estar Subjetivo, Personalidade e Satisfação Sexual. Dissertação de mestrado apresentada à Universidade Católica Portuguesa. Acedido em 12 de Janeiro em <http://repositorio.ucp.pt/bitstream/10400.14/15223/1/Disserta%C3%A7%C3%A3o%20T%C3%A2nia.pdf>.
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 644–663.
- Costa, M. E. (2005). *À procura da intimidade*. Porto: Edições Asa.

- Davis, M. H. (1996). *Empathy: A social psychological approach*. Boulder: Westview Press.
- Davis, M. H. (1994). *Empathy: A Social Psychological Approach*. United States of America: Brown & Benchmark Publishers.
- Davis M. H. & Oathout, H. A. (1987). Maintenance of satisfaction in romantic relationships: Empathy and relational competence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 397- 410.
- Davis, M. H. (1983). Measuring individual differences in empathy: Evidence for a multidimensional approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44, 113-126.
- Decety, J., & Sveltova, M. (2012). Putting together phylogenetic and ontogenetic perspectives on empathy. *Developmental Cognitive Neuroscience*, 2 (1). doi: 10.1016/j.dcn.2011.05.003.
- Decety, J., & Jackson, P. (2004). The functional Architecture of Human Empathy. *Behavioral and Cognitive Neuroscience Reviews*, 3 (2), 71-100. DOI: 10.1177/1534582304267187.
- Del Prette, Z. A. P., & Del Prette, A. (2010). Habilidades sociais e análise do comportamento: Proximidade histórica e atualidades. *Revista Perspectivas*, 1(2) pp. 104-115.
- Del Prette, Z. A. P., & Del Prette, A. (2001). *Psicologia das relações interpessoais e habilidades sociais: Vivências para o trabalho em grupo*. Petrópolis: Editora Vozes.
- Del Prette, A., Del Prette, Z. A. P, & Barreto M. (1999). Habilidades Sociales en la Formación Profesional del Psicólogo: Analisis de un Programa de Intervención. *Psicologia Conductual*, Granada, Vol. 7 n. 1, 1999 pp. 27-47.
- Del Prette, A., Del Prette, Z., & Barreto M. (1999). *Psicologia das Habilidades Sociais- Terapia e Educação*. Rio de Janeiro: Editora Vozes.
- Dimas, I. Margarida, Pereira, M. Daniel, & Canavarro, M. Cristina. (2013). Ajustamento psicossocial, ajustamento diádico e resiliência no contexto de desemprego. *Análise Psicológica*, 31 (1), 3-16.

- Dodge, K.A. (1985). Facets of social interaction and the assessment of social competence in children. Em B. H. Scheider, K. H. Rubin, & J.E. Ledingham (Orgs.), *Children's peer relations: Issues in assessment and intervention* (pp. 9-22). New York: Springer Verlag.
- Eagle, M. & Wolitzky, D (1999). Empathy: a psychoanalytic perspective. In A. Bohart & L. Greenberg (Eds) *Empathy Reconsidered-New directions in psychotherapy* (pp. 217- 244). Washington, D.C.: American Psychological Association.
- Eisenberg, N., Fabes, R. A., & Spinrad, T. L. (2006). Prosocial development. In R. M. Lerner, N. Eisenberg, & W. Damon (Eds.). *Handbook of child psychology: Vol. 3. Social, emotional and personality development* (pp. 646-718). New York: Wiley.
- Eisenberg, N., Fabes, R. A., Bustamante, D., & Mathy, R. M. (1987). Physiological indices of empathy. In N. Eisenberg, J. Strayer (Eds.), *Empathy and its development* (pp. 380-385). New York: Cambridge University Press.
- Emery, E. R. (1994). *Divorce, child custody and mediation*. New York: The Guilford Press.
- Erez, A., Mikunlincer, M., Van Ijzendoorn, M., & Kroonenberg, P. (2008). Attachment, personality and volunteering: Placing volunteerism in an attachment-theoretical framework. *Personality and Individual Differences* 44 (2008) 64-74.
- Falcone, E., Luz, R., Fernandes, C., Faria, C., D'Augustin, J., Sardinha, A., & Pinho, V. (2008). Inventário de Empatia (I.E.): Desenvolvimento e validação de uma medida brasileira. *Avaliação Psicológica*, 7 (3), 321-334.
- Falcone, E. M. O., Gil, D. B., & Ferreira, M. C. (2007). Um estudo comparativo da frequência de verbalização empática entre psicoterapeutas de diferentes abordagens teóricas. *Estudos de Psicologia*, 24, 451-461.
- Falcone, E. M. O. (2003). Empatia. Em C. N. de Abreu & M. Roso (Orgs.), *Psicoterapias cognitiva e construtivista. Novas fronteiras da prática clínica* (pp.275-287). Porto Alegre: Artmed.
- Falcone, E. M. O. (1999). A avaliação de um programa de treinamento de empatia com universitários. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 1 (1), 23-32.

- Faria, C., Fonseca, M., Lima, V.S., Soares, I., & Klein, J. (2007). Vinculação na idade adulta. In Soares (Coord.). Relações de vinculação ao longo do desenvolvimento: teoria e avaliação (pp. 124). Braga: Psiquilíbrios Edições.
- Farias, M. A. (1994). *Satisfação e insatisfação no casamento: um estudo quantitativo*. Tese de doutorado não-publicada, Universidade de São Paulo São Paulo.
- Feeney, A. (2008). Adult romantic attachment: Developments in the study of couple relationships. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (2nd ed., pp. 456-481). New York: Guilford.
- Feeney, A. (1999). Adult attachment, emotional control, and marital satisfaction *Personal Relationships*, 6 (199Y), 169-185. Printed in the United States of America.
- Feeney, J., Noller, P., & Hanrahan, M. (1994). Assessing Adult Attachment. In M. Sperling & W. Berman (Eds.), *Attachment in Adults: clinical and developmental perspectives*. New York: The Guilford Press.
- Féres-Carneiro, T., & Diniz-Neto, O. (2010). Construção e dissolução da conjugalidade: Padrões relacionais. *Paidéia*, 20, 269- 278.
- Féres-Carneiro, T. (2003). Separação: O doloroso processo de dissolução da conjugalidade. *Estudos de Psicologia*, 8 (3), 367-374.
- Forster, S.L. & R itch ley, W.L. (1979). Issues in assessment of social competence in children. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 12, 625- 638.
- Gomez, Rita, & Leal, Isabel (2008). Ajustamento conjugal: Características psicométricas da versão portuguesa da Dyadic Adjustment Scale. *Análise Psicológica*, 26(4), 625-638.
- Gresham, F. M., & Elliott, S. N. (1991). Social skills rating system: Manual. *Guidelines for Assessment and Training Procedures. School Psychology International* (1991), Vol. 12.
- Gresham, F.M. (1986). Conceptual issues in the assessment of social competence in children. In P.S. Strain, M.J. Guralnick, & H.M. Walker (Eds.), *Children's social behavior: Development, assessment, and modifi - cation* (pp.143–179). New York: Academic Press.

- Gresham, F.M. (1981). Social skills training with handicapped children: a review. *Review of Educational Research*, 51, 139-176.
- Gordon, K., & Litzinger, S. (2005). Exploring relationships among communication, sexual satisfaction, and marital satisfaction. *Journal of sex and marital therapy*, 3, 409-424.
- Haager, D., & Vaughn, S. (1995). Parent, teacher, peer, and selfreports of the social competence of students with learning disabilities. *Journal of Learning Disabilities*, 28(4), 205-215.
- Harold, H., Dawley, J., & Wenrich, W.W. (1976). *Achieving assertive behavior: A guide to assertive training*. California: Wadsworth Publishing Company.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1994). Attachment as an Organizational Framework for Research on Close Relationships. *Psychology Inquiry*, Vol. 5, No. 1, 1-22.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 52, No. 3, pp. 511-524.
- Hatzinikolaou, K. (2006). Expressão da capacidade de empatia em bebés de 8 e 18 semanas. *Paidéia*, 16 (33), 43-50.
- Heinicke, C. (1956). *Some effects of separating two-year-old children from their parents: A comparative study*. Human Relations, 9, 105-176.
- Homish, G. G., Leonard, K. E., & Kearns-Bodkin, J. N. (2006). Alcohol use, alcohol problems, and depressive symptomatology among newly married couples. *Drug and Alcohol Dependence*, 83, 185-192. doi: 10.1016/j.drugalcdep.2005.10.017.
- Eisler, R.M., Miller, P.M., & Hersen, M. (1973). Development of assertive responses: Clinical, measurement and research considerations. *Behaviour Research and Therapy*, 11, 505-521.
- Hidalgo, CH., & Abarca, N.M. (1992). *Comunicación interpersonal: Programa de entrenamiento en habilidades sociales*. Santiago do Chile: Editorial Universitaria.
- Hogan, R., (1975). Is altruism a part of Human nature? *Journal of Personality and Social Psychology*. 40, 121-137.
- Ickes, W. (1997). Introduction. Em: W. Ickes (Org.). *Empathic accuracy*. (pp. 1-16). New York: Guilford.

- Jeffrey A. Simpson, & Nickola C. Overall (2014). Partner Buffering of Attachment Insecurity. *Current Directions in Psychological Science* 2014 23: 54 <http://cdp.sagepub.com/content/23/1/54>.
- Johnson, W., McGue, M., Krueger, R., & Bouchard, T. (2004). Marriage and Personality: A genetic analysis. *Personality and Individual Differences*, 86(2), 285-294.
- Joireman, J., Needham, T., & Cummings, A. (2001). Relationships between Dimensions of Attachment and Empathy. *North American Journal of Psychology*, 3 (3), 63-80.
- Justo, A. R., Carvalho, J., Castro N., & Kristensen, C. H., (2014). Desenvolvimento da empatia em crianças: a influência dos estilos parentais. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 15 (2), 510-523.
- Kanat- Maymon, M., & Assor, A. (2010). Perceived maternal control and responsiveness to distress as predictors of young adults empathic responses. *Personality & Social Psychology Bulletin*, 36 (1), 33-46. DOI: 10.1177/0146167209347381
- Karney, B. R. (2010). Keeping marriages healthy, and why it's so difficult. *Psychological Science Agenda: Science Briefs*.
- Ladd, W.C., & Mize, J. (1983). A cognitive-social learning model of social skill training. *Psychological Review*, 90, 127-157.
- Lange, J. L., & Jakubowski, P. (1976). *Responsible assertive behavior*. Illinois: Research Press Co.
- Lemos, M., Menezes, H. (2002). A Avaliação da Competência Social: Versão Portuguesa da Forma para Professores do SSRS. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, Vol. 18 n. 3, pp. 267-274.
- Leonard, K. E., & Eiden, R. D. (2007). Marital and family processes in the context of alcohol use and alcohol disorders. *Annual Review of Clinical Psychology*, 3, 285-310. doi: 10.1146/annurev. clinpsy. 3.022806.091424.
- Levinger, G., & Huston, T. (1990). The social psychology of marriage. In F. Fincham e T. Bradbury. *The Psychology of marriage: basic issues and applications*. (pp. 19-58). New York: The Guilford Press.
- Lima, V., Vieira, F., & Soares, I. (2006). Vinculação em casais: avaliação da representação da intimidade e da interação conjugal. *Psicologia*, 20 (1), 51-63.

- Limpo, T., Alves, R., & Catro, S. L. (2010). Medir a empatia: Adaptação portuguesa do Índice de Reactividade Interpessoal. *Laboratório de Psicologia*, 8(2): 171-184. Acedido em 12 Dezembro de 2015 em http://repositorio.ispa.pt/bitstream/10400.12/3425/1/LP_8_171-184.pdf.
- Lipovetsky, G. (2007). *A felicidade paradoxal: ensaios sobre a sociedade de hiperconsumo* (M. L. Machado, Trad.). São Paulo: Companhia das Letras. (Trabalho original publicado em 2006).
- Litzinger, S., Gordon, K. (2005). Exploring relationships among communication, sexual satisfaction and marital satisfaction. In *Journal of Sex and Marital Therapy*, 31, 409-424.
- Long, E.C., & Andrews, D.W. (1990). Perspective taking as a predictor of marital adjustment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 126-131.
- Loureiro, C. (2011). Treino de competências sociais - uma estratégia em saúde mental: conceptualização e modelos teóricos. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, (6), 7-14. Acedido em 05 de Março de 2015 em http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1647-21602011000200002&lng=pt&tlng=pt.
- Lucas, R. E. (2005). Time does not heal all wounds: A longitudinal study of reaction and adaptation to divorce. *Psychological Science*, 16, 945-950.
- Machado, L. M. (2007). *Satisfação e insatisfação no casamento: Os dois lados de uma mesma moeda?* Dissertação de Mestrado. Universidade Federal de Uberlândia.
- Madureira, P. (2011). A Qualidade da Vinculação ao Pai e à Mãe e o Fenómeno de Retraimento Social em Pré-Adolescentes. Dissertação apresentada para a obtenção de grau de mestre em Psicologia Clínica. Instituto Superior de Psicologia Aplicada. Acedido em 24 de março de 2015 em <http://repositorio.ispa.pt/bitstream/10400.12/3902/1/13851.pdf>.
- Main, M., & Solomon, J. (1998). Discovery of a new insecure-desorganized/disoriented during the Ainsworth Strange Situation? In M.T. Greenberg, D. Cicchetti, & E. M. Cummings (Eds), *Attachment in preschool years. Theory research and intervention (pp. 121-160)*. Chicago: Chicago University Press.

- Mancini, A. D., Bonanno, G. A., & Clark, G. E. (2011). Stepping off the hedonic treadmill: Individual differences in response to major life events. *Journal of Individual Differences*, 32, 144-152.
- Martins, P. E. (2010). A empatia e os padrões de vinculação em estudantes universitários: um estudo comparativo. Dissertação apresentada à Universidade de Trás-os Montes e Alto Douro. Acedido em 16 de Dezembro de 2014 em https://repositorio.utad.pt/bitstream/10348/2240/1/MsC_epmartins.pdf.
- Martins, T. (2013). Adult attachment and dyadic adjustment: The mediating role of shame. Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde, subárea de especialização em Intervenções Cognitivo-Comportamentais nas Perturbações Psicológicas da Saúde. Acedido em 10 de Dezembro de 2014 em https://estudogeral.sib.uc.pt/bitstream/10316/25373/1/Tese_MIP_Teresa%20Martins_2013.pdf.
- Matos, P. M., & Costa, M. E. (2006). Vinculação aos pais e ao par romântico em adolescentes. *Psicologia*, vol. 20, nº 1, 97-126. Acedido em 14 Maio de 2015, através de <http://www.scielo.oces.mctes.pt/pdf/psi/v20n1/v20n1a06.pdf>.
- Matson, J. L., Sevin, J. A., & Box, M. L. (1995). Social skills in children. Em: W. O'Donohue & L. Krasner (eds.), *Handbook of psychological skills training: Clinical techniques and applications* (p. 36-53). Nova York: Allyn and Bacon.
- McFall, R.M. (1982). A review and reformulation of the concept of social skills. *Behavioral Assessment*, 4, 1– 33.
- Meichenbaum, D., Butler, L. y., & Grudson, L.(1981). Toward a conceptual model of social competence. En J. Wine y M. Smye (Comps.), *Social competence*. Nueva York, Guilford Press.
- Meyler, D., Stimpson, J. P., & Peek, M. K. (2007). Health concordance within couples: asystiatic review. *Social Science & Medicine*, 64, 2297–2310.
- Michener, H. A., De Lamater, J.D., & Myers, D.J. (2005). *Psicologia Social*. São Paulo:Thomson.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2003). The attachment behavioral system in adulthood: Activation, psychodynamic, and interpersonal processes. In M. P. Zanna (Ed.). *Advances in experimental social psychology* (Vol. 35, pp. 53–152). San Diego, CA: Academic Press.

- Mikulincer, M., Gillath, O., Halevy, V., Avihou, N., Avidan, S., & Eshkoli, N. (2001). Attachment theory and reactions to others' needs: Evidence that activation of the sense of attachment security promotes empathic responses. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 1205–1224.
- Mischel, W. (1973). Toward a cognitive social learning reconceptualization of personality. *Psychological Review*, 80, 252-283.
- Moll, J., Krueger, F., Zahn, R., Pardini, M., Oliveira-Souza, R., & Grafman, J. (2006). Human fronto-mesolimbic networks guide decisions about charitable donation. *PNAS*, 103, 15623-15628. Acedido em 19 de Maio de 2015 em <http://www.pnas.org/content/103/42/15623.short>.
- Moreira, P., & Melo, A. (2005). *Saúde Mental*. Porto: Porto Editora.
- Mosmann, C., Wagner, A., & Féres-Carneiro, T. (2006). Qualidade conjugal: mapeando conceitos. *Paideia*, 16, 315-325. Acedido em 28 de Abril de 2015 em <http://www.scielo.br/pdf/paideia/v16n35/v16n35a03.pdf>.
- 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.
- Neves, L., Soares, I., & Silva, M. C. (1999). Inventário da vinculação na adolescência–IPPA. In M. R. Simões, M. M. Gonçalves & L. S. Almeida (Eds.). *Testes e provas psicológicas em Portugal*, vol. 2 (pp. 37-48). Braga: APPORT/SHO.
- Norgren, P., Souza, R., Kaslow, F., Hammerschmidt, H., & Sharlin, S., (2004). Satisfação conjugal em casamentos de longa duração: uma construção possível. *Estudos de Psicologia (Natal)*, 9 (3), 575-584. Acedido em 28 de Fevereiro de 2015 em http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413294X2004000300020&lng=en&tlng=pt.
- Parade, S. H., Lerkes, E. M., & Blankson, A. N. (2010). Attachment to parents, social anxiety, and close relationships of female students over the transition to college. *Journal of Youth and Adolescence*, 39, 127-137.
- Provence & Lipton, Parade, S. H., Lerkes, E. M., & Blankson, A. N. (2010). Attachment to parents, social anxiety, and close relationships of female students over the transition to college. *Journal of Youth and Adolescence*, 39, 127-137.

- Pereira, G., Machado, J. & Pinto, H. (2013). Validação do Inventário Feminino de Vivências do Processo de Separação e Divórcio. Escola de Psicologia, Universidade do Minho. *Análise Psicológica* 3 (XXXI): 295-308.
- Preston, S. D. & de Waal, F.B.M. (2002). Empathy: its ultimate and proximate bases. *Behavioral and Brain Sciences*, 25, 1-72.
- Primo, J. & Mateus, D. (2008). Normas para a elaboração e apresentação de Teses de Doutoramento (Aplicáveis às Dissertações de Mestrado). Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias – Reitoria, Lisboa.
- Rogers, C. (1957). The Necessary and Sufficient Conditions of Therapeutic Personality Change. *Journal of Consulting Psychology*, 21, 95-103.
- Rogers, C. (1961). Tornar-se Pessoa. 5ª Edição. São Paulo: Martins Fonte Editora.
- Romaro, R., & Oliveira, P. (2008). Identificação das queixas de adultos separados atendidos em uma clínica-escola de Psicologia. *Psicologia: ciência e profissão*, 28(4), 780-793. Acedido em 10 Abril de 2015 em <http://www.scielo.br/pdf/pcp/v28n4/v28n4a10.pdf>.
- Sampaio, L., Camino, C., & Roazzi, A. (2009). Revisão de Aspetos Conceituais, Teóricos e Metodológicos da Empatia. *Psicologia Ciência e profissão*, 2009, 29 (2), 212-227.
- Sardinha, A., Falcone, E., & Ferreira, M. (2009). As relações entre a satisfação conjugal e as habilidades sociais percebidas no cônjuge. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 25(3), 395-402. Acedido em 29 de Março 2015 em http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722009000300013&lng=en&tlng=pt.
- Sbicigo, J. B., & Lisboa, C. S. M. (2009). Habilidades sociais e satisfação conjugal: um estudo correlacional. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 5(2), 73-81. Acedido em 22 de Janeiro de 2015 em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872009000200008&lng=pt&tlng=pt.
- Schackelford, T., & Buss, D. (2000). Marital satisfaction and spousal cost-infliction. *Personality and Individual Differences*, 28, 917-928.
- Scorsolini-Comin, F., & Santos, 2010. Satisfação Conjugal: Revisão Integrativa da Literatura Científica Nacional. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 26, 3, 525-531.

- Sevier, M., Eldriedge, K., Jones, J., Doss, B., & Christensen, A., (2008). Observed communication and associations with satisfaction during traditional and integrative behavioral couple therapy. *Behavioral Therapy*, 39,137-150.
- Sheridan, S. M., & Walker, D. (1999). Social skills in context: Considerations for assessment, intervention, and generalization. In C.R. Reynolds & T.B. Gutkin (Eds.), *The handbook of school psychology* (3rd ed., pp. 686–708). New York: Wiley.
- Skolnick, A. (1986). Early attachment and personal relationships across the life course. *Life Span Development*.
- Scorsolini C., F., & Santos, M. A., (2010). Satisfação conjugal: revisão integrativa da literatura científica nacional. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 26 (3), 525-532. Acedido em 16 de abril de 2015 em http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722010000300015&lng=pt&tlng=pt.
- Simpson, J. A., Collins, A. W., & Salvatore J. E. (2012). The Impact of Early Interpersonal Experience on Adult Romantic Relationship Functioning: Recent Findings from the Minnesota Longitudinal Study of Risk and Adaptation. *A Journal of the Association of Physiological Science Clinical and Health Psychology*. 20(6): 355–359.
- Soares, I., Martins E. & Tereno. (2009). Vinculação na Infância. In *Relações de vinculação ao longo do desenvolvimento: Teoria e avaliação*. 2ª Edição. Braga: Psiquilibrios Edições.
- Soares, I., & Dias, P. (2007). Apego e psicopatologia en jovenes y adultos: contribuciones recientes de la investigación. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 7(1), 177-195. Acedido em 10 de Abril 2015 em, <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=33770112>.
- Soares, I. (2006). Contributos da investigação sobre a vinculação em Portugal. *Psicologia*, 20 (1), 5-9. Acedido em 15 de Agosto de 2015 em http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0874-20492006000100001&lng=pt&tlng=pt.

- Soares, I. (1996b). Representação da vinculação na idade adulta e na adolescência. Estudo intergeracional: mãe-filho(a). Braga: Instituto de Educação e Psicologia - Universidade do Minho.
- Sroufe, L., & Waters, E. (1977). Attachment as an Organizational Construct. *Child Development*, 48, 1184-1199.
- Stackert, R. A., & Bursik, K. (2003). Why am I unsatisfied? Adult attachment style, gendered irrational relationship beliefs, and young adult romantic relationship satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 34, 1419-1429.
- Strayer, J. (1992). Perspectivas afectivas y cognitivas sobre la empatía. Em: *La empatia y su desarrollo* (pp. 241-270). Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Szalavitz, M., & Perry, B. (2010). *Born for Love*. New York: William Morrow.
- Thompson, R. (1987). Empathy and emotional understanding: the early development of empathy. In N., Eisenberg & J. Strayer. *Empathy and its development* (pp. 119-145). New York: Cambridge University Press.
- Trevarthen, C. Kokkinaken, T., & Fiamenghi Jr., G. A. (1999). What infants' imitations communicate: with mothers, with fathers and with peers. In J. Nadel, & G. Butterworth (Eds.), *Imitation in infancy* (pp. 127-185). Cambridge: Cambridge University Press.
- https://books.google.pt/books?id=PVQ4AAAAIAAJ&pg=PA119&lpg=PA119&dq=Empathy+and+emotional+understanding:+the+early+development+of+empathy.&source=bl&ots=Kl1L0uhhtw&sig=vJTJmsFulGN72uOSxkisCr_v398&hl=ptPT&sa=X&ved=0ahUKEwjR5rSHmvfJAhXDtBoKHbObBVcQ6AEILDAB#v=onepage&q=Empathy%20and%20emotional%20understanding%3A%20the%20early%20development%20of%20empathy.&f=false
- Vagos, P., Pereira, A., & Arrindell, W. (2014). Validação da Versão Reduzida da Escala de Comportamento Interpessoal para Adolescentes Portugueses. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, . 452-461.
- Acedido em Dezembro de 2014 em <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=18831844005>> ISSN 0102-7972
- Van Ijzendoorn, M. H., & Kroonenberg P. (1988). Cross-cultural patterns of attachment: Univesal and contextual dimension. In J. Cassidy & P. R. Shaver

- (Eds). *Handbook of attachment: Theory, Research and clinical applications* (pp. 713-734). New York: Guilford Press.
- Villa, M. B. (2005). Habilidades sociais no casamento: Avaliação e contribuição para a satisfação conjugal. Tese de Doutorado. Programa de Pós-Graduação em Psicologia – USP Ribeirão Preto, SP. Acedido em 10 de Janeiro de 2015 em <http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/59/59137/tde-22012008-083741/pt-br.php>.
- Warner, M. (1999). Does empathy cure? A theoretical consideration of empathy, processing, and personal narrative. In A. Bohart & L. Greenberg (Eds) *Empathy Reconsidered-New directions in psychotherapy* (pp. 125- 140). Washington, D.C.: American Psychological Association.
- Warnes, E. D., Sheridan, S., M., Geske, J., & Warnes, W. A.(2005). A Contextual Approach to the Assessment of Social Skills: Identifying Meaningful Behaviors for Social Competence. *Psychology in the Schools* 42:2 (2005), pp. 173–187. DOI: 10.1002/pits.20052. Acedido em 2 Janeiro de 2015 em <http://digitalcommons.unl.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1002&context=edpsychpapers>.
- Vaughn, S., & Hogan, A. (1990). Social Competence and learning disabilities: A prospective study. Em A.L. Swanson, & B.K. Keogh (Orgs.), *Learning disabilities: Theoretical and research issues* (pp. 175-191). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Waters, E., Hamilton, C. E., & Weinfield, N. S. (2000). The Stability of Attachment Security from Infancy to Adolescence and Early Adulthood: General Introduction. *Child Development*, Vol. 71, No. 3 pp. 678-683.
- Wispé, L. (1986). The Distinction Between Sympathy and Empathy: To Call Forth a Concept, A Word Is Needed. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 314-321.
- Vreeke, G. J., & Van Der Mark, I. L. (2003). Empathy, an integrative model. *New Ideas in Psychology*, 21, 177-207. DOI: 10.1016/j.newideapsych.2003.09.003.
- Wright, D., Simmons, L., & Campbell, K. (2007). Does a marriage ideal exist? Using Q-sort methodology to compare young adults and professional educators' views on healthy marriages. *Contemporary Family Therapy*, 29 (4). Acedido em 22 de

Maio de 2015 em <http://link.springer.com/article/10.1007/s10591-007-9044-0#/page-1>.

Wolpe, J.S. (1976). *A prática da terapia comportamental* São Paulo: Brasiliense.

Wolpe, J. & Lazarus, A. (1966). *Behavior therapy techniques*. Nova York: Pergamon Press.

Zoll, C., & Enz, S. (2010). A Questionnaire to Assess Affective and Cognitive Empathy in Children. Acedido em 15 Abril de 2105 em <https://opus4.kobv.de/opus4-bamberg/frontdoor/index/index/docId/208>.

ANEXOS

Anexo I - Pedido de Consentimento Informado

O presente estudo enquadra-se no âmbito do 2º Ciclo em Psicologia Clínica e da Saúde da Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias e tem como objetivo geral a análise das relações entre a vinculação com a empatia e a assertividade nas relações de casais que vivem maritalmente há, pelo menos, dois anos.

Para tal, solicitamos a sua colaboração no preenchimento das questões em anexo. As respostas serão anónimas e confidenciais, utilizadas sempre de forma conjunta e apenas no âmbito deste trabalho. Poderá desistir a qualquer altura se assim entender.

Anexo II - Questionário sociodemográfico

1. Idade: _____

2. Género: Masculino ☐ Feminino ☐

3. Nacionalidade: _____

4. Estado Civil: Casado ☐ União de facto ☐

5. Duração do relacionamento atual: _____ anos

6. Habilitações Literárias:

- | | |
|---|--|
| 1º Ciclo do Ensino básico (4º ano) ☐ | Bacharelato ☐ |
| 2º Ciclo do Ensino Básico (6º ano) ☐ | Licenciatura ☐ |
| 3º Ciclo do Ensino Básico (9ºano) ☐ | Pós-graduação ☐ |
| Ensino Secundário | Mestrado ☐ |
| 10º Ano ☐ | Doutoramento ☐ |
| 11º Ano ☐ | |
| 12º Ano ☐ | |
| Curso Técnico-profissional ☐ | |

7. Profissão: _____

Anexo III - Escala de Vinculação - Attachment Scale (AS)

Instrução: Seguidamente encontra 3 descrições que se referem ao modo como algumas pessoas habitualmente pensam e se sentem. Tente recordar-se da sua infância e, com base no que se recorda, seleccione a descrição que melhor caracteriza o seu comportamento nessa altura. Assinale apenas uma das descrições que seguem:

1. Era fácil tornar-me amigo próximo de outras pessoas. Confiava nelas e sentia-me bem se dependesse delas. Não me preocupava com a possibilidade de ser abandonado ou com o facto de outra pessoa ter outros amigos íntimos para além de mim.

Anexo V - Escala de Ajustamento Diádico Revista (R-DAS)

Escala de Comportamento Interpessoal – Versão Reduzida

Paula Vagos e Anabela Pereira
Universidade de Aveiro

INSTRUÇÕES:

Em situações sociais, muitas pessoas acham difícil reagir como gostariam. Por exemplo, podem achar difícil recusar um pedido, pedir ajuda, ou dizer do que gostam ou não gostam. Em baixo encontra uma lista de algumas dessas situações. Registe sempre a primeira resposta que lhe vier à cabeça. Responda a todas as questões, tão rápido quanto conseguir. Para cada uma das situações, avalie primeiro, o quanto se sentiria nervoso/a ou tenso/a se se comportasses como é descrito na situação, usando a seguinte escala:

Nada Um pouco Até certo ponto Muito Extremamente

1 2 3 4 5

Por exemplo: se se sentes **até certo ponto tenso** quando inicia uma conversa com um estranho, assinale um 3 na linha de resposta.

Anexo VI - O Índice de Reatividade Interpessoal (IRI)

IRI – Índice de Reactividade Interpessoal

Mark Davis, 1983¹

Adaptação portuguesa de Teresa Limpo, Rui A. Alves e São Luís Castro, 2010²

Sexo: Masculino ☐ Feminino ☐ Idade: ____ anos

As afirmações seguintes referem-se a pensamentos e sentimentos que poderá ter tido em diversas situações. Indique em que medida cada item o/a descreve a si escolhendo o número apropriado na escala abaixo, desde **0** (não me descreve bem) a **4** (descreve-me muito bem). Leia atentamente cada item antes de responder no espaço correspondente. É importante que as suas respostas sejam francas e honestas. Obrigado.

0
Não me
descreve bem

1

2

3

4
Descreve-me
muito bem

- _____ 1. Tenho muitas vezes sentimentos de ternura e preocupação pelas pessoas menos afortunadas do que eu. [PE]
- _____ 2. De vez em quando tenho dificuldade em ver as coisas do ponto de vista dos outros. [TP] [i]
- _____ 3. Às vezes, não sinto muita pena quando as outras pessoas estão a ter problemas. [PE] [i]

¹ Davis, M. H. (1983). Measuring individual differences in empathy: Evidence for a multidimensional approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44, 113-126.

² Laboratório de Fala, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto (www.fpce.up.pt/labfala; labfala@fpce.up.pt)