



U N I V E R S I D A D E
LUSÓFONA

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE LISBOA

ESCOLA DE PSICOLOGIA E CIÊNCIAS DA VIDA

MESTRADO EM PSICOLOGIA CLÍNICA E DA SAÚDE

**ESTUDOS PSICOMÉTRICOS INICIAIS DA VERSÃO
PORTUGUESA DA COUPLE FLOURISHING MEASURE**

Dissertação defendida em provas públicas para a obtenção do grau de Mestre em Psicologia Clínica e da Saúde, orientada pela Professora Doutora Stephanie Raquel Gonçalves Alves.

Sofia Lipari Pinto Torres, nº 22207584

2025

www.ulusofona.pt

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE LISBOA

ESCOLA DE PSICOLOGIA E CIÊNCIAS DA VIDA

MESTRADO EM PSICOLOGIA CLÍNICA E DA SAÚDE

ESTUDOS PSICOMÉTRICOS INICIAIS DA VERSÃO PORTUGUESA DA COUPLE FLOURISHING MEASURE

VERSÃO FINAL

Dissertação defendida em provas públicas na Universidade Lusófona, Centro Universitário de Lisboa, no dia 14/02/2025, perante o júri nomeado pelo Despacho de Nomeação nº: 1105/2024, de 02 de Dezembro, com a seguinte composição:

Presidente: Prof. Doutor Vítor Bruno Faustino Almeida

Arguente: Prof. Doutor Pedro Joel Mendes Rosa

Orientadora: Prof.^a Doutora Stephanie Raquel Gonçalves
Alves

Sofia Lipari Pinto Torres, nº 22207584

2025

Agradecimentos

Quero expressar os meus agradecimentos ao Centro Universitário de Lisboa e à Escola de Psicologia e Ciências da Vida pela disponibilização das suas instalações e recursos para a realização da presente Dissertação, à minha orientadora, a Professora Doutora Stephanie Raquel Gonçalves Alves, pelo acompanhamento e apoio constantes, através de um aconselhamento assertivo, da sua acessibilidade e de todo o tempo que disponibilizou fornecendo o apoio necessário, estimulando as minhas capacidades e promovendo o meu espírito crítico. Pelos conhecimentos e competências que me transmitiu, e pela sua compreensão e dedicação para com todos/as os/as seus/suas alunos/as.

Para finalizar, faço um agradecimento geral a todos/as os/as outros/as docentes, orientadores/as e investigadores/as, que me abriram horizontes e que dedicaram algum do seu tempo na minha formação profissional e pessoal, e ainda aos colegas, amigos/as e família pelo apoio, incentivo e votos de confiança que sempre me deram ao longo deste percurso. Não poderia deixar de agradecer em especial à minha mãe pelo amor, pela presença constante, inspiração, incentivo e paciência, fazendo-me acreditar que posso mais do que imagino e por me incentivar na busca do melhor que há em mim.

Resumo

Atualmente, as pessoas têm maiores expectativas em relação a si e aos outros, que não somente a satisfação das suas necessidades básicas. Estas inspirações crescentes têm vindo a alterar a definição do conceito de qualidade no relacionamento conjugal, surgindo a importância de avaliar estas mudanças e de considerar o conceito de florescimento conjugal, um construto eudemónico que avalia dimensões mais profundas num relacionamento conjugal. Para tal, o objetivo geral desta dissertação foi adaptar e validar a *Couple Flourishing Measure* (CFM) para a População Portuguesa, em termos da sua validade e fiabilidade.

Tratou-se de um estudo quantitativo e transversal, constituído por uma amostra de 245 participantes (69.4% do sexo feminino), com uma média de idades de 32 anos. Os/as participantes preencheram um protocolo de avaliação num único momento, disponível em formato online e em papel. Este era composto por um questionário sociodemográfico, pela CFM, pela *Mental Health Continuum-Short Form* (MHC-SF) (avalia a saúde mental positiva) e pelo *Couples Satisfaction Index – 4* (CSI-4) (avalia a satisfação conjugal).

Os resultados demonstraram a adequabilidade da versão portuguesa da escala CFM. Os dados suportam a estrutura unidimensional da CFM observada nos estudos originais da escala. A CFM apresenta uma consistência interna excelente ($\alpha = .95$) e adequada validade convergente, através de correlações significativas e positivas observadas entre a CFM e a MHC-SF ($r = .39, p = .001$) e entre a CFM e o CSI-4 ($r = .77, p = .001$). Este estudo oferece assim um contributo importante para a Psicologia Clínica e da Saúde, fornecendo uma ferramenta que permite avaliar, de forma válida e fiável, o florescimento conjugal na população portuguesa.

Palavra-chave: florescimento conjugal; satisfação conjugal; propriedades psicométricas; análise fatorial exploratória; fiabilidade

Abstract

Currently, people have higher expectations of themselves and others, not merely the satisfaction of their basic needs. These increasing aspirations have been changing the definition of the concept of quality in marital relationships, highlighting the importance of evaluating these changes and considering the concept of marital flourishing, which is an eudaimonic construct that assesses deeper dimensions in a marital relationship. In this context, the general objective of this dissertation was to adapt and validate the *Couple Flourishing Measure* (CFM) for the Portuguese population in terms of its validity and reliability.

This was a quantitative and cross-sectional study, composed of a sample of 245 participants (69.4% female), with an average age of 32 years. The participants completed an assessment protocol at a single time point, available in both online and paper-pencil formats. It consisted of a sociodemographic questionnaire, the CFM, the Mental Health Continuum-Short Form (MHC-SF) (which evaluates positive mental health), and the Couples Satisfaction Index – 4 (CSI-4) (which evaluates marital satisfaction).

The results demonstrated the suitability of the Portuguese version of the CFM scale. The data support the unidimensional structure of the CFM observed in the original studies of the scale. The CFM exhibits excellent internal consistency ($\alpha = .95$) and adequate convergent validity, through significant and positive correlations observed between the CFM and the MHC-SF ($r = .39, p = .001$) and between the CFM and the CSI-4 ($r = .77, p = .001$). This study thus offers an important contribution to Clinical and Health Psychology, providing a tool that allows assessment of marital flourishing in the Portuguese population in a valid and reliable way.

Keywords: marital flourishing; marital satisfaction; psychometric properties; exploratory factor analysis; reliability

Lista de Abreviaturas, Siglas e Símbolos

Abreviaturas

AFC – Análise Fatorial Confirmatória

AFE – Análise Fatorial Exploratória

BIPM – Balanced Index of Psychological Mindedness

CEDIC – Comissão de ética e Deontologia para a Investigação Científica

CSI – Couple Satisfaction Inventory

CSI – 4 – Couples Satisfaction Index – 4

CFM – Couple Flourishing Measure

FS – Flourishing Scale

ISPA – Instituto universitário de Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida

JASP – Jeffreys's Amazing Statistics Program

KMO – Kaiser-Meyer-Olkin

MHC-SF – Mental Health Continuum-Short Form

PANAS – Positive and Negative Affect Schedule

PNRQ – Positive and Negative Relationship Quality Scale

PRQC – Perceived Relationship Quality Components

QA – Quality of Alternatives

RFS – Relationship Flourishing Scale

SVS – Subjective Vitality Scale

TRI – Teoria de Resposta ao Item

Siglas

e.g. – Por exemplo

i.e. – Isto é

Símbolos

N – Tamanho da amostra

n – Número de participantes por variável

% – Percentagem

M – Média

DP – Desvio Padrão

$Mín.$ – Mínimo

Sofia Lipari Pinto Torres, Estudos psicométricos iniciais da versão portuguesa da Couple Flourishing Measure

Máx. – Máximo

Ass – Assimetria

Curt – Curtose

α – Alfa de Cronbach

r – Correlação de Pearson

Índice de Tabelas

Tabela 1. Caracterização sociodemográfica da amostra.....	18
Tabela 2. Estatísticas descritivas e sensibilidade dos itens da CFM.....	25
Tabela 3. Análise Fatorial Exploratória da CFM.....	26
Tabela 4. Validade convergente da CFM: Estatísticas descritivas e Correlações de Pearson.....	27

Índice

Introdução	10
Florescimento	12
Florescimento em contexto conjugal	12
Florescimento e bem-estar individual e relacional	14
Objetivos da investigação	17
Métodos	18
Participantes	18
Procedimentos	20
Instrumentos	21
Análise de Dados	23
Resultados	24
<i>Estatísticas Descritivas e Sensibilidade dos Itens</i>	24
<i>Análise Fatorial Exploratória</i>	25
<i>Consistência interna</i>	27
<i>Validade Convergente</i>	27
Discussão	28
Contributos do estudo	29
Limitações do estudo	30
Sugestões para estudos futuros	30
Implicações para a prática da psicologia clínica e da saúde	31
Referências	32

Introdução

Antigamente, os relacionamentos conjugais eram determinados pela capacidade de satisfazer as necessidades básicas para a sobrevivência humana e, com isto, surgiram mudanças sociais, entre as quais um maior controlo sobre a mulher em questões da fertilidade e da independência económica (Coontz, 2005; Fletcher et al., 2015). Na época, o casamento advinha com a ambição de adquirir uniões empresariais, capital e melhor estatuto social. O conceito de amor romântico, processo da construção mútua, que envolve compromisso, comunicação e compreensão emocional, em que os cônjuges entendem como um fenómeno essencial para um relacionamento conjugal funcionar de forma positiva (Abela, 2020), não estava intimamente ligado ao casamento, sendo o foco a realização individual e o benefício mútuo do homem, da mulher e dos seus futuros filhos/as (Coontz, 2007).

Estas expectativas sociais em torno dos papéis de género e da dinâmica conjugal mudaram progressivamente, tornando o amor romântico um critério fundamental na escolha de um/a parceiro/a de vida (Lamont, 2021). As mudanças sociais, como a globalização e o desenvolvimento da tecnologia, como as redes sociais, permitem, ainda nos dias de hoje, uma maior exposição a potenciais parceiros/as de diferentes partes do mundo (Agnew, 2014; Robles et al., 2014; Sanri & Goodwin, 2014).

Segundo o psicólogo Abraham Maslow, quando satisfeitas as necessidades básicas de sobrevivência e segurança física das pessoas, emergem necessidades de ordem superior, como a autoexpressão e outros elementos considerados base para um relacionamento saudável como a confiança, a comunicação e a partilha de objetivos, que se sobrepõem às necessidades materiais (Coontz, 2007). Desta forma, o conceito de qualidade no relacionamento sofreu alterações na medida em que os casais começaram a atender às necessidades psicológicas um do outro, concentrando-se em ideias sobre o amor romântico e os seus cônjuges (Locke & Wallace, 1959; Robles et al., 2014), onde elevam as expectativas em relação ao/à parceiro/a e procuram nos/as mesmos/as o suporte necessário para atingir o sucesso individual (Sanri et al, 2021). Mais concretamente, procuram um/a parceiro/a que proporcione gratificação sexual, intimidade pessoal, autorrealização e que atenda a aspetos da cultura popular em questão. Estes são dos desejos mais referidos pelos casais aos/às especialistas em aconselhamento conjugal (Coontz, 2007).

Estas inspirações crescentes alteram novamente a definição do conceito de qualidade no relacionamento conjugal e contribuem para as razões que levam ao divórcio, pois as pessoas têm uma maior capacidade de delinear o que toleram ou não num relacionamento conjugal, devido também à possibilidade de conseguirem refazer as suas vidas separadamente. As mulheres tornaram-se mais capazes de se sustentarem a si mesmas e aos seus/suas filhos/as, sem depender de uma figura masculina. O casamento já não é o principal mecanismo para regular o comportamento sexual, conferir direitos económicos e políticos diferenciados, ordenar as relações entre os sexos ou organizar direitos e obrigações interpessoais, incluindo a reprodução e os cuidados de dependentes (Coontz, 2007).

Os conflitos entre casais têm sido comuns e impactantes na vida das pessoas, contudo existe pouca procura de ajuda profissional para lidar com essas dificuldades, resultando, nalguns casos, em divórcio. Segundo estudos realizados na década de 1960, na América do Norte e na Europa Ocidental, o divórcio dos casais era determinado por razões de conflitos predominantemente graves como violência, adultério, entre outros. Pelo contrário, nos anos 2000, as razões para o divórcio descreviam motivos psicológicos como a perceção de distanciamento no casal, dificuldades de comunicação, entre outros (Sanri et al, 2021).

Os dados da Pordata revelam que Portugal regista uma das maiores prevalências de divórcio da Europa, encontrando-se em 4º lugar nas últimas estimativas de 2021, em que registou uma taxa de 60% de divórcios por 100 casamentos. Considerando estes valores, é fundamental capacitar os casais de recursos que promovam um funcionamento conjugal positivo. Em Portugal, o acesso a serviços especializados em questões de casal restringe-se a zonas específicas do país. Deste modo, para garantir a ajuda profissional necessária e atempada, é importante desenvolver instrumentos adequados à população que avaliam as dinâmicas dos casais portugueses, para identificar aqueles em maior risco de baixo funcionamento conjugal.

Em particular, surge a importância de avaliar as mudanças nas relações conjugais mencionadas acima e questionar se o construto de satisfação no relacionamento avalia adequadamente as aspirações de relacionamento que influenciam decisões-chave, tais como continuar ou não o relacionamento de casal ou se outros construtos, tais como o florescimento conjugal, se tornam mais informativos nos dias de hoje (Fowers et al, 2016; Sanri et al, 2021).

Florescimento

O florescimento individual remete para a experiência de uma vida bem-sucedida e prazerosa, através da combinação de sentimentos positivos e da superação de desafios (Huppert & So, 2013). Está intimamente relacionado com a saúde mental e caracteriza-se por elevados níveis de bem-estar subjetivo, psicológico e social (Schotanus-Dijkstra et al., 2016).

Através de duas ideias-chave filosóficas, as concepções psicológicas do florescimento individual designam-se como Hedonia e Eudemonia. O conceito de Hedonia assume a ideia de que o bem intrínseco é caracterizado pelo aumento do prazer e o evitamento da dor. Inclui uma dimensão afetiva do bem-estar em que o indivíduo experiencia sentimentos de felicidade, satisfação com a vida e afeto positivo. Quando esses elementos são bem cultivados, podem surgir consequências positivas que, segundo o conceito de Eudemonia significa viver uma vida de virtude e contemplação. Contempla, por exemplo, a contribuição do indivíduo para a sociedade, relacionamentos positivos com os outros e crescimento pessoal. Estes elementos do florescimento individual influenciam-se mutuamente (Sanri et al, 2021; Schotanus-Dijkstra et al., 2016). Atualmente, o florescimento individual é um conceito que tem sido amplamente estudado e demonstra benefício para o bem-estar psicológico e para a redução de sintomas depressivos (Keyes, 2007; Schotanus-Dijkstra, et al., 2017). Segundo Huppert & So (2013), é considerado o oposto da perturbação mental e não somente a ausência da mesma.

A extensão do construto de florescimento a outras dimensões do funcionamento para além do individual tem vindo a gerar interesse académico e clínico. Em particular, o construto da satisfação conjugal tem sido amplamente estudado, mas é focado na dimensão hedónica. No entanto, é fundamental desenvolver uma avaliação mais profunda nesta área, pois os casais, ao longo do tempo, compartilham momentos, constroem memórias juntos e a sua identidade enquanto casal. Desta forma, torna-se relevante avaliar tanto a dimensão hedónica como a eudemónica (Galovan, et al., 2022).

Florescimento em contexto conjugal

O florescimento conjugal é considerado um conceito eudemónico que representa a qualidade conjugal. Esta pode ser caracterizada através de elementos partilhados entre cônjuges como a satisfação, a felicidade, o sucesso, a adaptação e o compromisso no

casamento. Portanto, o florescimento conjugal manifesta-se por meio de atividades positivas e significativas entre os cônjuges, que visam alcançar objetivos em comum (Insan & Rosdiyati, 2022).

Relacionamentos que florescem incluem elementos mais profundos, como significado, sentimento de pertença, crescimento pessoal, sacrifícios e capacidade de perdoar. Não se limitam a satisfazer as necessidades básicas, mas também promovem a segurança e vínculo emocional (Galovan et al., 2022).

A qualidade de um relacionamento conjugal depende da felicidade de cada parceiro/a com o seu relacionamento, da sensibilidade um com o outro e das suas capacidades de comunicação e de gestão de conflitos. Em situações em que esses elementos não são adequadamente cultivados, um relacionamento de baixa qualidade não apenas gera infelicidade para os envolvidos, como também pode desencadear sintomas psicológicos, diminuição da produtividade e, em casos mais extremos, divórcio ou mesmo violência doméstica (Insan & Rosdiyati, 2022).

Portanto, o florescimento conjugal caracteriza-se pela união e por atividades intencionais que potenciam o crescimento individual e do casal. Os cônjuges pretendem ativamente alcançar objetivos comuns e dedicam-se espontaneamente ao outro, o que fortalece a sua identidade partilhada como casal. Revelam interesse em promover o bem-estar físico e mental do/a parceiro/a (Fowers, et al., 2016).

No estudo do florescimento conjugal consideram-se tantos os aspetos hedónicos quanto os eudemónicos da qualidade do relacionamento. Os aspetos hedónicos do florescimento conjugal integram afetos e experiências positivas, sendo estes a base de satisfação e sustentação dos relacionamentos. Estes têm como principais fontes emoções positivas intensas, como excitação, interesse, alegria, gratidão, amor e compaixão, em constante busca pelo prazer e felicidade imediata (Sanri et al., 2021).

Os aspetos eudemónicos delineiam uma vida de virtude e contemplação em busca da realização pessoal/desenvolvimento contínuo do *self* e de um propósito de vida. Podem ser medidos através do crescimento do/a parceiro/a refletido no nível de motivação e incentivo para desenvolver e alcançar objetivos, da compaixão do/a parceiro/a que envolve o reconhecimento dos pontos fortes um do outro e o interesse genuíno um pelo outro, e da criação de significado compartilhado alcançado na realização de atividades significativas e enriquecedoras a dois (Sanri et al., 2021).

Florescimento e bem-estar individual e relacional

Os relacionamentos amorosos, incluindo o casamento, são uma das relações mais importantes que os adultos estabelecem nas suas vidas. Décadas de investigação têm sustentado a relevância da qualidade dos relacionamentos conjugais para a saúde mental (Whisman, Sbarra, & Beach, 2021). Em particular, o florescimento conjugal permite aprimorar a nossa capacidade de prever o bem-estar para além da satisfação no relacionamento. Considerar aspetos mais abrangentes e positivos do relacionamento pode proporcionar uma compreensão mais profunda e precisa sobre o impacto que os relacionamentos têm na saúde e na felicidade individuais (Fowers, et al., 2016). Contudo, do nosso conhecimento, não existem estudos que tenham avaliado a relação entre florescimento conjugal e saúde mental positiva.

Segundo Huppert & So (2013), florescer é sinónimo de um elevado nível de bem-estar psicológico, simbolizando a saúde mental. Níveis elevados de florescimento individual demonstraram estar associados a um conjunto de resultados positivos, entre os quais mais satisfação conjugal, melhores condições de saúde e maior produtividade e criatividade. Diener et al. (2010), ao apoiar a visão que o conceito do bem-estar é algo subjetivo, enriqueceu a sua avaliação do bem-estar ao acrescentar o construto “florescer” com componentes que incluem: propósito na vida, relacionamentos positivos, comprometimento, competência, autoestima, otimismo e contribuição para o bem-estar dos outros.

A saúde mental positiva, agora considerada um conceito multidimensional, contraria fortemente a suposição desenvolvida através de estudos prévios que apoiavam que a experiência positiva humana poderia ser avaliada através da utilização de um único item sobre a satisfação com a vida ou felicidade (Huppert & So, 2013). O modelo de saúde mental de dois contínuos descrito por Keyes (2002), defende a perspetiva de que a saúde mental é melhor vista como um estado completo que consiste na ausência de doença mental e na presença de dimensões positivas da saúde mental, nomeadamente bem-estar emocional, psicológico e social. A presença de saúde mental positiva tem sido associada a um melhor funcionamento psicossocial, melhores resultados de saúde física, menor uso de serviços de saúde e menos dias perdidos de trabalho (Monteiro et al., 2020). A Organização Mundial da Saúde (OMS) descreve os aspetos positivos da saúde mental como "estado de bem-estar no qual cada indivíduo estimula o seu próprio potencial, ao

lidar com o *stress* normal da vida, trabalhar de forma produtiva e frutífera e ao ter a capacidade de contribuir para a sua comunidade" (OMS, 2004, p. 12).

Embora poucos estudos explorem diretamente esta associação entre a saúde mental positiva e o florescimento individual e relacional, a literatura associa a saúde mental positiva ao bem-estar e sugere que é pertinente investigar a relação com o florescimento, já que ambos os conceitos partilham características que promovem o crescimento pessoal e a autorrealização.

Avaliação do florescimento conjugal

A maioria dos esforços clínicos e da investigação têm demonstrado uma maior atenção à satisfação percebida pelos casais em relação ao seu vínculo e não tanto ao florescimento conjugal, assumindo que o critério primário que mede a qualidade de um relacionamento de casal é a satisfação (Sanri et al., 2021).

Atualmente, existem duas escalas que avaliam o florescimento conjugal: a *Relationship Flourishing Scale* (RFS; Fowers & Owenz, 2010) e a *Couple Flourishing Measure* (CFM; Sanri et al., 2021). A RFS contém 12 itens que se organizam em quatro domínios de bem-estar eudemónico: significado, crescimento pessoal, compromisso relacional e partilha de objetivos (3 itens por domínio) (Fowers et al., 2016). As qualidades psicométricas da RFS foram estudadas numa amostra americana e mostraram que a escala apresenta validade de conteúdo e convergente, e uma boa consistência interna (Fowers et al., 2016).

A segunda escala, a CFM, baseia-se em conceitos desenvolvidos no âmbito da psicologia positiva, e incorpora componentes hedónicos e eudemónicos da avaliação do crescimento pessoal e de aspetos relacionais do florescimento. Distingue-se de outras medidas de qualidade do relacionamento, como por exemplo o *Couples Satisfaction Index - 4* (CSI-4), pelo conteúdo dos seus itens avaliarem aspetos hedónicos e eudemónicos do florescimento e pelo seu formato de resposta ao item, que contém três âncoras em cada item; estas âncoras refletem a angústia do casal, a satisfação do casal e o florescimento conjugal, ao longo de um continuum (Sanri et al., 2021). Este formato de resposta pretende discriminar entre a satisfação e o florescimento, e contrastar com a maioria das escalas de qualidade de relacionamento que geralmente têm âncoras que refletem a satisfação numa extremidade e a angústia na outra extremidade.

A CFM compreende três versões: uma versão de 16 itens (CFM-16), uma com 8 itens (CFM-8) e outra com 4 itens (CFM-4) (Sanri et al., 2021). As qualidades psicométricas desta escala foram estudadas através de duas amostras. A primeira amostra foi constituída por 1116 participantes dos Estados Unidos, com uma idade média de 37 anos, sendo que 81% da amostra eram casados. A segunda amostra foi composta por 330 participantes com idade média de 39 anos (Sanri et al., 2021).

Relativamente à validade de construto, para examinar a estrutura fatorial da CFM, foram realizadas análises fatoriais exploratórias (AFE) e confirmatórias (AFC) em duas subamostras, selecionadas aleatoriamente da primeira amostra ($n = 551$ para a AFE; $n = 565$ para a AFC). Aplicando critérios de ajuste de modelos amplamente utilizados, as análises suportaram uma estrutura com um único fator, verificando-se um ajustamento aceitável (Sanri et al., 2021). A AFC realizada para comparar a CFM-16 com o CSI-16 revelou ainda que a CFM avalia uma dimensão da qualidade do relacionamento distinta, embora correlacionada, da satisfação conjugal (Sanri et al., 2021). Os resultados obtidos demonstraram ainda que o instrumento tem uma excelente consistência interna, fornecendo evidências de que o florescimento conjugal pode ser medido de forma fiável (Sanri et al., 2021).

Quanto à validade convergente, os resultados demonstraram que a CFM está positivamente associada com escalas que medem construtos relacionados, tais como vitalidade, afeto positivo, florescimento individual e qualidade do relacionamento (Sanri et al., 2021).

A análise feita através da teoria de resposta ao item (TRI) mostrou que a CFM discriminou melhor os níveis de qualidade do relacionamento do que as medidas de satisfação do relacionamento amplamente utilizadas (Sanri et al., 2021). A CFM é a primeira escala a demonstrar sensibilidade a variações na qualidade do relacionamento na extremidade superior, o que significa que este instrumento permite distinguir os casais satisfeitos, dos muito satisfeitos e dos que estão em florescimento, o que excede a sensibilidade das medidas atuais de avaliação da satisfação conjugal (Sanri et al., 2021). No teste piloto, vários/as participantes comentaram que este formato de resposta em três âncoras os/as encorajou a refletir sobre o quão bom era o seu relacionamento (Sanri et al., 2021).

A RFS foi já estudada em Portugal, sendo que em 2018 foi feito um estudo no Instituto Universitário - ISPA em Portugal que avaliou as qualidades psicométricas da

RFS numa amostra de 248 participantes, maioritariamente do sexo feminino com idades compreendidas entre os 19 aos 66 anos. Os resultados não foram conclusivos sobre a estrutura fatorial do instrumento. Nenhum estudo avaliou, até à data, as qualidades psicométricas da CFM no nosso país. Esta avaliação é importante porque os resultados de estudos prévios indicam que a CFM fornece informações sobre o funcionamento conjugal diferenciadas daquelas fornecidas por medidas que avaliam a satisfação conjugal (por exemplo, o CSI-4), com elevado potencial para orientar adequadamente a intervenção cujo foco são as necessidades particulares de um casal (Sanri et al., 2021).

Objetivos da investigação

De entre os países da União Europeia, Portugal regista um dos maiores números de divórcios, sendo poucos os casais que procuram ajuda profissional para lidar com as suas dificuldades conjugais. A disponibilidade de serviços de apoio é também limitada e maioritariamente oferecida em regime privado. Assim, torna-se importante desenvolver mais investigação na área da conjugalidade, através do desenvolvimento e validação de novas ferramentas para avaliar as dificuldades a nível relacional. O desenvolvimento de mais ferramentas validadas para a população portuguesa, que incorporem construtos mais complexos e informativos, como o florescimento conjugal, podem auxiliar os/as profissionais de saúde na avaliação das dificuldades conjugais.

Assim, considerando a lacuna de não existir uma escala em Portugal com qualidades psicométricas adequadas para avaliar na sua profundidade o florescimento conjugal, este estudo teve como objetivo principal adaptar e validar a CFM para a População Portuguesa e como objetivos específicos analisar as qualidades psicométricas da CFM, em termos da sua validade de construto, validade convergente e da sua fiabilidade.

Métodos

Participantes

O presente estudo foi constituído por uma amostra de 245 participantes de nacionalidade portuguesa. Na Tabela 1, podemos verificar que os/as participantes eram maioritariamente do sexo feminino ($n = 170$, 69.4%). A idade média da amostra é de 32.63 anos ($DP = 13.75$), variando entre os 18 e os 99 anos. No que diz respeito à escolaridade, a maioria dos/as participantes completou o ensino superior ($n = 160$; 65.3%).

As relações conjugais atuais estabelecidas pelos/as participantes revelaram uma duração média de 8.84 anos ($DP = 9.89$), variando entre os 0 e os 57 anos. Grande parte dos/as participantes encontravam-se numa relação sem viver juntos ($n = 112$, 45.7%) e aproximadamente um terço encontravam-se casados ($n = 73$; 29.8%). A maioria dos/as participantes não tinham filhos/as ($n = 152$; 62%).

Quanto à situação profissional, a maioria dos/as participantes estavam empregados/as ($n = 103$; 42%). Cerca de um terço da amostra era constituída por estudantes ($n = 75$; 30.6%). Cerca de 40% dos/as participantes vivem com um rendimento líquido mensal do seu agregado familiar até 2000€/mês ($n = 97$) e acima de 2001€/mês ($n = 99$). A maioria dos/as participantes reportou não sofrer de nenhum problema de foro psiquiátrico/psicológico ($n = 101$; 41.2%), ao passo que um pouco mais de metade revelou que atualmente sofre ($n = 62$; 25.3%) ou já sofreu de problemas psiquiátricos/psicológicos ($n = 55$; 22.4%).

Tabela 1

Caracterização sociodemográfica da amostra (N=245)

	<i>N</i>	<i>%</i>
Sexo		
Masculino	74	30.2
Feminino	170	69.4
Missing	1	0.4
Estado Civil		
Casado/a	73	29.8
União de Facto	25	10.2

Sofia Lipari Pinto Torres, Estudos psicométricos iniciais da versão portuguesa da Couple Flourishing Measure

Numa relação (sem viver juntos)	112	45.7
Numa relação (a viver juntos)	28	11.4
Solteiro/a	5	2.0
Separado/a / Divorciado/a	1	0.4
Viúvo/a	0	0.0
Outro	1	0.4
<i>Missing</i>	0	0.0
Nacionalidade		
Portuguesa	220	89.8
<i>Missings</i>	25	10.2
Habilitações literárias		
Sem escolaridade	1	0.4
1º ciclo (4ºano)	0	0.0
2º ciclo (6ºano)	1	0.4
3ºciclo (9ºano)	5	2.0
Secundário (12ºano)	78	31.8
Ensino superior (Licenciatura, Mestrado, Doutoramento)	160	65.3
<i>Missing</i>	0	0.0
Situação profissional		
Empregado/a	103	42
Desempregado/a	7	2.9
Não trabalho por opção própria	3	1.2
Estudante	75	30.6
Trabalhador/a - estudante	40	16.3
Reformado/a	4	1.6
Outra	13	5.3
<i>Missing</i>	0	0.0
Rendimento líquido mensal do seu agregado familiar		
Até 2000€/mês	97	39.6

Sofia Lipari Pinto Torres, Estudos psicométricos iniciais da versão portuguesa da Couple Flourishing Measure

Acima 2001€/mês	99	40.4
<i>Missings</i>	49	20
Tem ou teve algum problema psiquiátrico/psicológico		
Não, nunca tive	101	41.2
Sim, tenho atualmente	62	25.3
Sim, tive no passado	55	22.4
Não sei	27	11
<i>Missing</i>	0	0.0
Presença de filhos		
Com filhos/as	93	38
Sem filhos/as	152	62
<i>Missing</i>	0	0.0
	<i>M</i>	<i>DP</i>
Idade (em anos)	32.63	13.75
<i>Min. – Máx.</i>		18 – 99
Duração da relação atual (anos completos)	8.84	9.89
<i>Min. – Máx.</i>		0 - 57

Procedimentos

Esta dissertação insere-se no projeto "Recursos da Conjugalidade: Avaliação, Compreensão e Procura de Ajuda" aprovado pela Comissão de Ética e Deontologia da Investigação Científica da Escola de Psicologia e de Ciências da Vida da Universidade Lusófona (ref. CEDIC – 2023-17-15). Os critérios de inclusão para participar neste estudo foram: 1) ter uma idade igual ou superior a 18 anos, 2) estar numa relação amorosa heterossexual exclusiva (i.e., casado/a, em união de facto ou situação de namoro), 3) ter bom domínio da língua portuguesa e 4) residir em Portugal.

A divulgação do estudo e a recolha de dados decorreu entre Novembro de 2023 e Março de 2024. De modo a garantir uma boa representatividade da amostra, os dados foram recolhidos através de um método de amostragem por conveniência, não

probabilística. A recolha de dados decorreu em formato físico (papel) e digital (online). A recolha online foi realizada com base nos contactos informais da equipa de investigação e pelas respetivas redes sociais, a partir de uma publicação que continha um resumo do estudo e seus objetivos, um *QR-code* e um *link* de acesso ao questionário (alojado na plataforma *Qualtrics*). O preenchimento do questionário tinha uma duração aproximada de 40 minutos.

A recolha em formato analógico (papel e caneta) teve o intuito de recrutar casais, de forma a ser possível usar o casal como unidade de análise. Solicitou-se assim o preenchimento dos questionários em papel, aos dois elementos do casal. Foi entregue a cada casal um envelope com dois questionários, em que era solicitado o seu preenchimento de forma individual. Posteriormente, os questionários eram devolvidos à equipa de investigação num envelope selado.

Apesar do presente estudo privilegiar o casal como unidade de análise, a participação individual de um dos elementos do casal foi considerada válida e útil. Para os objetivos deste estudo, consideraram-se todos os/as participantes, perfazendo assim um total de 245 participantes. Todos os/as participantes deram o seu consentimento informado escrito antes de preencherem o questionário.

Instrumentos

Informação sociodemográfica, clínica e relacional

Os/as participantes preencheram uma ficha de dados sociodemográficos que continha informação: a) sociodemográfica (i.e., sexo, idade, estado civil, nacionalidade, habilitações literárias, profissão e rendimento líquido mensal); b) história médica e psicopatológica; e, c) situação relacional e contexto familiar (i.e., presença de filhos/as e duração da relação atual).

Florescimento conjugal

O florescimento conjugal foi avaliado com recurso à *Couple Flourishing Measure* (CFM; Sanri et al., 2021; Versão Portuguesa (VP): Alves, Pereira, & Pires, 2023). A CFM é uma medida de autorresposta composta por 16 itens que avalia o florescimento conjugal. Neste instrumento, o/a participante deve refletir como é a sua relação com o/a seu/sua parceiro/a e responder conforme a escala de *Likert* de sete pontos disponíveis e adaptados

conforme o item (e.g., “Quando estou com o/a meu/minha parceiro/a sinto-me muitas vezes?” em que a resposta varia entre 1 (esgotado/a), 4 (satisfeito/a) e 7 (revigorado/a); “A minha vida com o/a meu/minha parceiro/a é?” em que a resposta varia entre 1 (cansativa), 4 (confortável) e 7 (gratificante)). Um resultado total pode ser obtido através da soma de todos os itens, variando entre 16 e 112. Valores mais elevados representam maior florescimento conjugal. A versão original do instrumento apresentou uma boa validade de construto e convergente, e uma excelente consistência interna (Sanri et al., 2021).

O processo de validação da CFM para a população portuguesa foi o objetivo principal deste estudo. O processo de tradução, retroversão, adaptação e validação do questionário seguiu as recomendações mais atuais neste âmbito, executadas por uma equipa de investigadores especialistas na área. Após autorização concedida pelos/as autores/as da escala original, a mesma foi adaptada para a população portuguesa através da tradução independente de dois investigadores, que chegaram a um consenso e desenvolveram uma única versão traduzida. De seguida, esta foi alvo de retroversão por parte de um terceiro investigador, em que uma única versão resultou da discussão dos três investigadores. Após o processo de tradução e retroversão estar concluído, foi feito o processo de adaptação e validação do questionário, em que a versão foi testada por cinco indivíduos que cumpriam os critérios de inclusão do estudo, constituintes da rede de contactos informal de outros três investigadores, que através dos feedbacks e das respostas dos/as participantes, ajustaram e afinaram desenvolvendo a versão final.

Saúde mental positiva

A saúde mental positiva foi avaliada com recurso à *Mental Health Continuum-Short Form* (MHC-SF; Keyes et al., 2008 & Lamers et al., 2011; VP: Monteiro et al., 2020). A MHC-SF é composta por 14 itens respondidos numa escala de *Likert* de 6 pontos que variam entre 0 (nunca) e 5 (todos os dias) e tem como objetivo avaliar a saúde mental positiva através da presença de níveis elevados de bem-estar emocional (5 itens), social (5 itens) e psicológico (4 itens). Pode ser cotada de forma contínua e o total de cada fator obtém-se através de uma média dos respetivos itens. As pontuações variam entre 0 e 70 e quanto mais elevadas traduzem estados positivos de bem-estar emocional e de funcionamento, ou de forma categórica, considerando categorias de saúde mental (florescimento, saúde mental moderada e definhamento).

A MHC-SF apresentou uma consistência interna aceitável ($\alpha = .74$), adequada validade de critério e as três subescalas da MHC-SF apresentaram boa validade de construto na População Portuguesa (Monteiro et al., 2020). No presente estudo, a MHC-SF foi utilizada para avaliar a validade convergente da CFM.

Satisfação Conjugal

A satisfação conjugal foi avaliada com recurso ao *Couples Satisfaction Index – 4* (CSI-4; Funk & Rogge, 2007; VP: Lamela, Morais & Jongenelen, 2015). O CSI-4 é composto por 4 itens. O primeiro item é classificado através de uma escala de *Likert* de 7 pontos que varia entre 0 (extremamente infeliz) e 6 (perfeito), o segundo item é avaliado numa escala de *Likert* de 6 pontos que varia entre 0 (nada verdadeiro) e 5 (completamente verdadeiro) e os restantes dois itens são cotados através de uma escala de *Likert* de 6 pontos que varia de 0 (nada) e 5 (completamente). Um resultado total para o CSI-4 pode ser obtido através da soma dos 4 itens, variando entre 0 e 21, em que pontuações mais elevadas refletem maiores níveis de satisfação conjugal global. O CSI-4 demonstrou uma boa consistência interna ($\alpha = .81$), validade convergente e validade de construto na População Portuguesa (Lamela, Morais & Jongenelen, 2015) e foi utilizado para avaliar a validade convergente da CFM.

Análise de Dados

Os dados recolhidos foram analisados através do *software Jeffreys's Amazing Statistics Program* (JASP) versão 18 e para toda a análise estatística foi considerado um nível de significância de 5% ($p < .05$). Num primeiro passo, procedeu-se à estatística descritiva dos 16 itens da versão portuguesa da CFM, com base na média, desvio-padrão, mínimo, máximo, curtose e assimetria.

A seguir foi realizada uma AFE com o objetivo de identificar as dimensões subjacentes que representam os construtos teóricos da CFM. Recorreu-se à medida de Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) da adequabilidade da amostra e ao teste da esfericidade de Bartlett, para compreender a adequabilidade dos dados para efetuar uma AFE (Field, 2017). O número de fatores a extrair foi definido através do critério de Kaiser, sendo que cada fator é retido quando apresenta um *eigenvalue* > 1 , e do critério da percentagem de variância explicada que exige uma solução que explique 50% da variância total, segundo Streiner (1994). Os valores das comunalidades dos itens devem encontrar-se acima de .30

e todos os itens devem apresentar um valor de saturação (que expressa a correlação entre os itens e o único fator) acima de .32 (10% de variância entre o fator e o item), segundo os critérios de Tabachnick & Fidell (2013). A validade convergente foi estimada através de correlações de Pearson entre a CFM, o CSI-4 (avalia a satisfação conjugal) e a MHC-SF (avalia a saúde mental positiva). As correlações foram interpretadas segundo os critérios Cohen et al. (2013): fraca ($r < .30$), moderada ($r \geq .30 - .50$) e forte ($r \geq .50$). Para avaliar a consistência interna da CFM (fiabilidade), calculou-se o Alfa de Cronbach, seguindo os critérios de DeVellis (2017) para a sua interpretação, sendo estes: valores iguais ou superiores a .90 significam excelente consistência interna; valores entre .80 e .89 significam muito boa consistência interna; valores entre .70 e .79 refletem uma consistência interna respeitável; valores entre .65 e .69 refletem uma consistência interna aceitável; valores entre .60 e .64 refletem uma consistência interna fraca; e valores abaixo de .60 refletem uma consistência interna inaceitável.

Resultados

Estatísticas Descritivas e Sensibilidade dos Itens

A Tabela 2 apresenta as estatísticas descritivas dos 16 itens da versão portuguesa da CFM. Podemos identificar que é o item 8 que apresenta o valor médio mais baixo ($M = 5.02$) e o item 2 que apresenta o valor médio mais elevado ($M = 5.96$), comparativamente aos restantes itens. Em relação ao nível de dispersão, o item com maior dispersão de respostas foi o 13 ($DP = 1.92$) e com menor dispersão de resposta foi o item 3 ($DP = 1.31$). Quanto às medidas de distribuição, todos os itens apresentaram valores de assimetria e curtose entre -2 e 2, o que revelou uma distribuição normal univariada (Almeida & Freire, 2000).

Foram considerados itens com pontuações acima de 50% no ponto máximo da escala de resposta (i.e., “7” – correspondente a características positivas) como itens de teto, e os itens com pontuações acima de 50% no ponto mínimo da escala de resposta (i.e., “1” – correspondente a características negativas) como itens de chão (Hendry, & Holmboe, 2021). Com base nestes critérios podemos verificar que o item 2 foi o item que obteve maior percentagem de resposta no ponto máximo da escala de resposta (48.98%), no entanto não ultrapassou os 50%.

Tabela 2*Estatísticas descritivas e sensibilidade dos itens da CFM*

	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>Mín-Máx</i>	<i>Ass</i>	<i>Curt</i>
Itens					
CFM1	5.7	1.34	1.0 -7.0	- .95	.24
CFM2	5.96	1.32	1.0 -7.0	-1.32	1.34
CFM3	5.71	1.31	1.0 -7.0	-1.03	.66
CFM4	5.64	1.46	1.0 -7.0	-1.08	.57
CFM5	5.7	1.33	1.0 -7.0	-1.01	.58
CFM6	5.51	1.43	1.0 -7.0	- .84	.20
CFM7	5.64	1.57	1.0 -7.0	-1.07	.43
CFM8	5.02	1.35	2.0 -7.0	.03	- .92
CFM9	5.6	1.53	1.0 -7.0	-1.04	.44
CFM10	5.64	1.54	1.0 -7.0	-1.00	.18
CFM11	5.69	1.48	1.0 -7.0	-1.23	.91
CFM12	5.12	1.53	1.0 -7.0	- .87	- .06
CFM13	5.15	1.92	1.0- 7.0	- .76	- .60
CFM14	5.46	1.7	1.0 -7.0	- .99	.11
CFM15	5.78	1.4	1.0 -7.0	-1.06	.54
CFM16	5.39	1.41	1.0 -7.0	- .62	- .33

Nota. CFM = Couple Flourishing Measure; *M* = Média; *DP* = Desvio Padrão; *Mín - Máx* = Mínimo - Máximo; *Ass* = Assimetria; *Curt* = Curtose

Análise Fatorial Exploratória

Para analisar a adequação da realização de uma AFE, é necessário garantir os seus pressupostos. O primeiro pressuposto é relativo à escala de medida, que precisa de ser de nível intervalar, permitindo que os intervalos entre os números determinem a posição do participante relativamente ao que lhe foi questionado nos 16 itens da escala. O segundo pressuposto refere-se à dimensão da amostra que, considerando o critério de 10 participantes por item (Costello & Osborne, 2005) esta é adequada, uma vez que este estudo tem um total de 245 participantes, acima do valor mínimo requerido (i.e., $10 * 16 = 160$). O terceiro pressuposto consiste em analisar a existência de multicolinearidade/correlações entre os 16 itens e, para isso, a avaliação deste requisito

pode ser feita através da análise da matriz de correlações, da estatística de Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) e do teste da esfericidade de Bartlett. Podemos afirmar a adequabilidade da matriz de input uma vez que o valor de KMO = .96 é estatisticamente significativo, com uma consistência excelente entre os itens, e o teste da esfericidade de Bartlett é também significativo, $X^2(120) = 4353.89$; $p < .001$.

A Tabela 3 apresenta os resultados da AFE. Segundo os critérios de extração dos fatores de Kaiser, a CFM é unifatorial, uma vez que apenas um fator apresentou um *eigenvalue* > 1 (9.64). A solução unifatorial encontrada neste estudo explica 58% da variância, o que é acima do valor exigido, segundo Keiner (1994). Todos os itens da CFM apresentaram uma carga fatorial superior a .32, o valor mínimo requerido (Tabachnick & Fidell, 2013), bem como apresentaram valores de comunalidade superiores a .30, o valor mínimo recomendado (Field, 2013), logo o fator explica a percentagem da variância partilhada entre cada item.

Tabela 3

Análise Fatorial Exploratória da CFM

	Valor de saturação	Comunalidade
Itens		
CFM1	.83	.32
CFM2	.82	.32
CFM3	.82	.33
CFM4	.81	.35
CFM5	.78	.38
CFM6	.78	.39
CFM7	.77	.41
CFM8	.76	.42
CFM9	.74	.44
CFM10	.74	.45
CFM11	.74	.45
CFM12	.74	.45
CFM13	.75	.46
CFM14	.73	.47
CFM15	.72	.48

Sofia Lipari Pinto Torres, Estudos psicométricos iniciais da versão portuguesa da Couple Flourishing Measure

CFM16	.59	.65
Percentagem de variância explicada	.58	

Nota. CFM = Couple Flourishing Measure

Consistência interna

A CFM demonstrou excelente consistência interna, com um valor de Alfa de Cronbach de .95.

Validade Convergente

A Tabela 4 apresenta as estatísticas descritivas da CFM, do CSI-4 e da MHC-SF, bem como as correlações de Pearson entre as várias medidas. O florescimento conjugal está positivamente, significativamente e fortemente correlacionado com a satisfação conjugal e moderadamente correlacionado com a saúde mental positiva. Estes resultados suportam a validade convergente da CFM.

Tabela 4

Validade convergente da CFM: Estatísticas descritivas e Correlações de Pearson

	Descritivas				Correlações		
	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>Mín</i>	<i>Máx</i>	1	2	3
1. Florescimento conjugal	89.1	18.3	32	112			
2. Satisfação Conjugal	20.8	3.6	9	25	.77***		
3. Saúde mental positiva	54.5	13	16	84	.39***	.31***	

Nota. CFM = Couple Flourishing Measure; *M* = Média; *DP* = Desvio Padrão; *Mín* = Mínimo; *Máx* = Máximo.

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Discussão

O presente estudo teve como principal objetivo analisar as qualidades psicométricas da CFM, em termos da sua validade de construto, validade convergente e fiabilidade, com o propósito de validá-la e adaptá-la à população portuguesa. Tendo por referência o estudo original da CFM (Sanri et al., 2021), este forneceu um suporte inicial valioso para a validade de construto do florescimento conjugal, e os resultados do presente estudo foram comparados com esses resultados. A CFM avalia, de forma mais profunda e detalhada, o funcionamento das relações conjugais considerando aspetos hedónicos e eudemónicos do florescimento conjugal.

A versão portuguesa da CFM apresentou boa validade de construto, ou seja, a capacidade de representar adequadamente o construto que se propõe, sendo que os dados suportaram uma estrutura fatorial unidimensional. Estes resultados são consistentes com os resultados da validação original (Sanri et al., 2021), que também demonstraram que a CFM é composta por um único fator.

Os resultados referentes à consistência interna da CFM demonstraram que a versão portuguesa da escala é tão fiável quanto a versão original (Sanri et al., 2021). A fiabilidade, que é um indicador do grau de confiança que o investigador pode ter na exatidão da informação que o instrumento oferece, apresentou uma consistência interna excelente (DeVellis, 2017). Isso significa que os itens que constituem a versão portuguesa CFM apresentaram-se como um todo homogéneo, permitindo avaliar o florescimento conjugal de forma focada e consistente como o pretendido. Além de garantir resultados precisos, a CFM mostrou ter capacidade de discriminar entre casais satisfeitos, em florescimento ou em dificuldades, o que torna um instrumento útil para possibilitar uma intervenção adequada e atempada.

No que diz respeito à validade convergente, que representa a associação entre construtos que a teoria indica que estão associados, a CFM avalia uma dimensão de qualidade do relacionamento distinta, embora correlacionada, com a satisfação conjugal, que foi verificado através das associações positivas e significativas entre a CFM e o CSI-4 (satisfação conjugal) e entre a CFM e a MHC-SF (saúde mental positiva). Indo ao encontro da versão original (Sanri et al., 2021), que também evidenciou correlações positivas com as escalas que avaliam dimensões positivas do relacionamento conjugal (i.e., medidas de satisfação e aproximação, compromisso e identidade do casal).

Estes resultados são consistentes com a literatura existente e estudos anteriores que destacam a importância das relações conjugais para o nosso bem-estar psicológico e funcionamento emocional. Casais com relações mais saudáveis tendem a apresentar menores níveis de depressão e ansiedade (Cohen et al., 2013), o que sugere que o florescimento conjugal está diretamente associado a uma saúde mental mais positiva e a uma maior satisfação conjugal.

Para além do bom comportamento psicométrico da escala CFM, foi ainda possível observar que nenhum dos itens da CFM apresentou efeito teto ou chão, o que é um resultado bastante positivo, significando que a população em estudo não tende a posicionar-se nos extremos da escala de resposta. Isso é relevante, pois é comum que essas escalas sofram com essa tendência, comprometendo a sua sensibilidade e capacidade de captar variações nas respostas. A ausência significativa desses efeitos reforça a robustez e a eficácia da escala na avaliação precisa dos diferentes aspetos do florescimento conjugal (Hendry, & Holmboe, 2021), e pode ser explicada pelo seu formato de resposta.

De facto, uma das vantagens da CFM em relação a outras escalas (e.g., RFS) é a sua escala de resposta (possibilidade de resposta de três âncoras), que pode oferecer maior precisão na avaliação, tornando-a uma ferramenta mais sensível e eficaz. Embora o estudo prévio realizado em Portugal com a RFS não tenha permitido retirar conclusões robustas sobre sua estrutura fatorial, a versão portuguesa da CFM apresenta-se como uma alternativa unidimensional e com boas qualidades psicométricas para avaliar o florescimento conjugal de forma confiável em Portugal.

Contributos do estudo

A relevância deste estudo enfatiza a importância das relações conjugais e a forma como são experienciadas. O foco do conteúdo dos itens basear-se teoricamente nas relações eudemónicas permitiu, comparativamente às escalas de satisfação, uma abordagem mais ampla, possibilitando uma melhor avaliação dos relacionamentos, particularmente relações de longo prazo, contribuindo para a previsão e prevenção dos seus problemas conjugais antes que os cônjuges se decidam separar ou divorciar.

Limitações do estudo

Estudo Transversal

Foi realizado um estudo transversal, uma vez que se pretendia recolher uma grande quantidade de informação num curto período, e por vários investigadores com diferentes níveis de especialização, o que facilita numa fase de formação inicial e quando existem poucos recursos. No entanto, surgiram alguns desafios durante a realização deste estudo, tais como os dados da amostra recolhida estarem sujeitos à realidade que o casal estava a vivenciar naquele momento em específico. Seria vantajoso um estudo longitudinal que permitisse estabelecer mais detalhadamente alguma relação de causa e efeito, sobretudo no que toca à associação entre o florescimento conjugal e a saúde mental positiva ou o florescimento conjugal e a satisfação conjugal. Existiu também uma maior probabilidade de afetar a precisão dos resultados considerando questões de interpretação.

Questionários de autorresposta

O formato de autorresposta que os questionários compreendem pode ter contribuído para reforçar a forma subjetiva como os cônjuges vivem o seu relacionamento e as emoções envolvidas, e posteriormente como leem as perguntas e respondem.

Características da amostra (heterogênea)

As características da amostra constituem uma importante limitação. Tratou-se de uma amostra maioritariamente composta por estudantes, que se encontram numa relação sem viver juntos, o que pode provocar uma influência considerável nas dinâmicas conjugais, incluindo no florescimento conjugal e na satisfação conjugal. Portanto, serão necessários estudos adicionais com uma amostra mais representativa da população.

Outra limitação é o facto de o estudo ser composto por uma amostra onde foram incluídos tanto um dos membros de um casal como ambos. Ao incluir ambos os membros no estudo, não estamos a controlar para a independência dos dados, o que pode gerar resultados enviesados.

Sugestões para estudos futuros

Este estudo forneceu uma base de comparação para estudos futuros focados na validação da CFM noutros países e noutras culturas. Também teve a sua importância na medida em que contribuiu para o avanço do conhecimento sobre relacionamentos

conjugais tendo em conta a pouca cultura de terapia de casal em Portugal, comparativamente aos outros países (e.g., EUA) e permitiu refletir o impacto que a mesma pode ter na gestão de conflitos e na tomada de decisões dos casais.

Para investigações futuras sugere-se a realização de análises de invariância fatorial em função do sexo, no sentido de perceber se a estrutura fatorial da CFM é similar para homens e mulheres.

Implicações para a prática da psicologia clínica e da saúde

Este estudo teve como objetivo oferecer um instrumento cientificamente validado aos profissionais que trabalham com casais, como terapeutas familiares, terapeutas de casal e outros profissionais de saúde que exercem funções em ambientes como consultórios privados, hospitais ou clínicas. A CFM pode ser uma ferramenta útil para complementar a prática clínica e da saúde, oferecendo suporte à avaliação das dificuldades enfrentadas pelos casais.

O instrumento, composto por 16 itens que explora diferentes dimensões da relação conjugal, pode ser utilizado tanto para guiar consultas ou estruturar entrevistas clínicas estabelecendo um ponto de partida para explorar questões mais específicas e posteriormente permitir ao terapeuta desenvolver um diagnóstico e elaborar uma intervenção que promova o bem-estar e que melhore a dinâmica da relação, pois a CFM mostrou ter capacidade de discriminar entre casais satisfeitos, em florescimento ou em dificuldades. Pode também auxiliar o casal a refletir sobre o contexto atual da sua relação e sobre o impacto que a terapia pode ter na gestão de conflitos e na tomada de decisões dos casais.

Este estudo contribuiu para o avanço do conhecimento sobre as relações conjugais e pode servir como base de comparação para futuras investigações focadas na validação da CFM em diferentes países e culturas e como ponto de partida para desenvolver e validar novas ferramentas para a população portuguesa.

Referências

- Abela, A. (2020). The significance of the couple relationship in the twenty-first century. *Couple Relationships in a Global Context: Understanding Love and Intimacy Across Cultures*, 19-37.
- Almeida, L. S., & Freire, T. (2000). Metodologia da investigação em psicologia e educação. Braga: Psiquilíbrios
- Coontz, S. (2007). The origins of modern divorce. *Family process*, 46(1), 7-16.
<https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2006.00188.x>.
- Cohen, J. (2013). Statistical power analysis for the behavioral sciences (2a Ed.). New York: Routledge.
<http://doi.org/10.4324/9780203771587>
- Costello, A. B., & Osborne, J. (2019). Best practices in exploratory factor analysis: Four recommendations for getting the most from your analysis. *Practical assessment, research, and evaluation*, 10(1), 7.
<https://doi.org/10.7275/jyj1-4868>
- DeVellis, R. F. (2017). *Scale development: Theory and Application* (4a ed). Los Angeles. CA: Sage Publications.
- Field, A. (2013). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics*. London: SAGE.
- Fowers, B. J., Laurenceau, J. P., Penfield, R. D., Cohen, L. M., Lang, S. F., Owenz, M. B., & Pasipanodya, E. (2016). Enhancing relationship quality measurement: The development of the Relationship Flourishing Scale. *Journal of Family Psychology*, 30(8), 997.
<https://doi.org/10.1037/fam0000263>
- Funk, J. L., & Rogge, R. D. (2007). Testing the ruler with item response theory: increasing precision of measurement for relationship satisfaction with the Couples Satisfaction Index. *Journal of family psychology*, 21(4), 572.
<https://doi.org/10.1037/0893-3200.21.4.572>
- Galovan, A. M., Carroll, J. S., Schramm, D. G., Leonhardt, N. D., Zuluaga, J., McKenadel, S. E., & Oleksuk, M. R. (2022). Satisfaction or connectivity?: Implications from the strong relationality model of flourishing couple relationships. *Journal of Marital and Family Therapy*, 48(3), 883-907.
<https://doi.org/10.1111/jmft.12559>

- Hendry, A., & Holmboe, K. (2021). Development and validation of the early executive functions questionnaire: A carer-administered measure of executive functions suitable for 9-to 30-month-olds. *Wiley-Infancy: The Official Journal of the International Congress of Infant Studies*. 1-30.
<https://doi.org/10.1111/inf.12431>
- Huppert, F. A., & So, T. T. (2013). Flourishing across Europe: Application of a new conceptual framework for defining well-being. *Social indicators research*, 110, 837-861.
<https://doi.org/10.1007/s11205-011-9966-7>
- Insan, I., & Rosdiyati, K. (2022). The Effect of Emotion Regulation on Marital Flourishing in Married Couples in Sumbawa. *Formosa Journal of Social Sciences (FJSS)*, 1(4), 399-410.
<https://doi.org/10.55927/fjss.v1i4.2047>
- Keyes, C. L. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Behavior*, 43(2), 207-222.
<https://doi.org/10.2307/3090197>
- Keyes, C. L. M. (2007). Promoting and protecting mental health as flourishing: A complementary strategy for improving national mental health. *American Psychologist*, 62(2), 95–108.
<https://doi.org/10.1037/0003-066X.62.2.95>
- Keyes, C. L., Wissing, M., Potgieter, J. P., Temane, M., Kruger, A., & van Rooy, S. (2008). Evaluation of the Mental Health Continuum-Short Form (MHC-SF) in Setswana-speaking South Africans. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 15(3), 181-192.
<https://doi.org/10.1002/cpp.572>
- Lamela, D., Figueiredo, B., Morais, A., Matos, P., & Jongenelen, I. (2020). Are measures of marital satisfaction valid for women with depressive symptoms? The examination of factor structure and measurement invariance of the Couple Satisfaction Index-4 across depression levels in Portuguese women. *Clinical psychology & psychotherapy*, 27(2), 214-219.
<https://doi.org/10.1002/cpp.2420>

- Lamers, S. M., Westerhof, G. J., Bohlmeijer, E. T., ten Klooster, P. M., & Keyes, C. L. (2011). Evaluating the psychometric properties of the MentalHealth Continuum-Short Form (MHC-SF). *Journal of Clinical Psychology*, 67(1), 99-110. <https://doi.org/10.1002/jclp.20741>
- Lamont, E. (2021). The persistence of gendered dating. *Sociology Compass*, 15(11), e12933. <https://doi.org/10.1111/soc4.12933>
- Monteiro, F., Fonseca, A., Pereira, M., & Canavarro, M. C. (2020). Measuring positive mental health in the postpartum period: The bifactorstructure of the Mental Health Continuum-Short Form in Portuguese women. *Assessment*. <https://doi.org/10.1177/1073191120910247>
- Robles, T. F., Slatcher, R. B., Trombello, J. M., & McGinn, M. M. (2014). Marital quality and health: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 140(1), 140–187. <https://doi.org/10.1037/a0031859>
- Sanri, Ç., Halford, W. K., Rogge, R. D., & von Hippel, W. (2021). The couple flourishing measure. *Family process*, 60(2), 457-476. <https://doi.org/10.1111/famp.12632>
- Schotanus-Dijkstra, M., Ten Klooster, P. M., Drossaert, C. H., Pieterse, M. E., Bolier, L., Walburg, J. A., & Bohlmeijer, E. T. (2016). Validation of the Flourishing Scale in a sample of people with suboptimal levels of mental well-being. *BMC psychology*, 4, 1-10. <https://doi.org/10.1186/s40359-016-0116-5>
- Schotanus-Dijkstra, M., Ten Have, M., Lamers, F., de Graaf, R., & Bohlmeijer, E. T. (2017). The longitudinal relationship between flourishing mental health and incident mood, anxiety, and substance use disorders. *European Journal of Public Health*, 27(3), 563-568. <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckw202>
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using Multivariate Statistics* (6th ed.). Pearson.