

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL  
INSTITUTO DE PSICOLOGIA

Júlia de Oliveira Jung

**AMOR EM TEMPOS DE COVID-19: INFLUÊNCIAS DO CONTEXTO DE PANDEMIA  
E ESQUEMAS INICIAIS DESADAPTATIVOS NAS PERCEPÇÕES SOBRE  
RELACIONAMENTOS**

Porto Alegre

2021

Júlia de Oliveira Jung

**AMOR EM TEMPOS DE COVID-19: INFLUÊNCIAS DO CONTEXTO DE PANDEMIA  
E ESQUEMAS INICIAIS DESADAPTATIVOS NAS PERCEPÇÕES SOBRE  
RELACIONAMENTOS**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado  
ao Instituto de Psicologia da Universidade  
Federal do Rio Grande do Sul como requisito  
para a obtenção do título de Bacharel em  
Psicologia

Orientadora: Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Clarissa Trentini  
Coorientador: Ms. Rodrigo Trapp

Porto Alegre

2021

## **Agradecimentos**

Chegar neste momento de conclusão da graduação é de muito orgulho e realização para mim. Sou muito feliz com a trajetória que trilhei até aqui, com as coisas que aprendi e as pessoas que conheci.

Me tornar bacharel em psicologia é um sonho realizado, e me sinto muito grata por poder contar com pessoas tão especiais e também poder compartilhar com elas esse momento tão importante para mim.

Gostaria de agradecer à minha família, meu pai Gelson, minha mãe Eliani e minha irmã Luísa, por serem meu alicerce e porto seguro, por me oportunizarem tudo que me trouxe até aqui. Também gostaria de agradecer a minha tia Edi que ao longo de minha vida foi suporte emocional e que proporcionou desde cursos de inglês, intercâmbio e apoio para que eu pudesse me manter na universidade.

Também agradeço ao meu namorado André, por toda paciência, apoio e tantos momentos felizes que me permitiu vivenciar ao longo dos últimos anos.

Por fim, gostaria de agradecer à minha orientadora Clarissa Trentini e ao meu coorientador Rodrigo Trapp por acreditarem no potencial deste trabalho, pelo suporte incondicional que tive e pelo grande aprendizado que me proporcionaram.

## **Resumo**

Os relacionamentos amorosos são tema de interesse para a grande maioria das pessoas, porém muitas vezes podem causar sofrimento. Algumas importantes teorias da psicologia têm tentado explicar a dinâmica dos relacionamentos como a Teoria Triangular do Amor e a Terapia do Esquema. A primeira abordagem através dos conceitos de intimidade, paixão e compromisso, e a segunda pelos conceitos de esquemas. O momento atual é de isolamento social por conta da pandemia por Covid-19, muitos casais têm encontrado dificuldades no convívio intenso o que impactou inclusive no aumento de divórcios durante o ano de 2020. Este estudo buscou entender as relações entre os esquemas iniciais desadaptativos e os conceitos da Teoria Triangular do Amor, além de conhecer os possíveis impactos do momento de pandemia. Os dados encontrados mostram que esta amostra se percebeu mais fortalecida neste período. Além disso, as pessoas que pontuaram mais alto em esquemas do primeiro, quarto e quinto domínio foram as pessoas que pontuaram mais baixo em geral nas 3 dimensões da escala do amor. Isso pode indicar que de fato os esquemas podem influenciar negativamente na percepção das relações amorosas.

## Introdução

A maioria das pessoas busca por relacionamentos amorosos saudáveis e satisfatórios (Jablonski, 2011). Entretanto, é bastante comum que as relações tragam conflitos, sofrimento e rompimentos (Paim, 2015). A diversidade e a efemeridade das relações contemporâneas têm levado muitos estudiosos a repensarem o conceito de amor e novas formas de estudá-lo a partir de aspectos de nossa atualidade (Wagner & Mosmann, 2010).

O cenário atual nos coloca um difícil momento: uma pandemia que preocupa a população, economia em recessão, desemprego e política em crise. As repercussões desse momento já estão sendo observadas no âmbito dos relacionamentos. Segundo relatório produzido pelo Fórum Brasileiro de Segurança Pública [FBSP] (2020), os índices de divórcios e feminicídios durante a quarentena tiveram aumento significativo em comparação com anos anteriores.

O isolamento social trouxe à tona muitas separações e é esperado que os conflitos aumentem durante um período de convivência intensa (Ministério da Saúde, 2020). Porém, se o casal tem flexibilidade para superar desafios, tende a ultrapassar essas dificuldades (Sternberg, 2013).

Considerando a importância dos relacionamentos íntimos na vida adulta e sua influência na saúde mental de homens e mulheres (Wagner & Mosmann, 2008) e tendo em vista a importância do estudo deste tema, esta pesquisa tem como objetivo principal investigar a percepção de amor nos relacionamentos amorosos. Esta investigação foi feita partindo da Teoria Triangular de Sternberg (1986) em indivíduos que estejam em um relacionamento estável e como os domínios esquemáticos de Young (2003) de cada indivíduo influenciam nesta percepção, utilizando como pano de fundo o contexto de pandemia e isolamento social e sua repercussão nestes relacionamentos.

Além de haver poucos estudos na área, este trabalho pode apoiar novos estudos e intervenções para terapeutas no contexto clínico, uma vez que há grande demanda em relação a esta temática. Este tema também se faz muito importante no cenário atual em

que os índices de divórcios vêm crescendo mais do que o habitual durante o período de quarentena, segundo dados divulgados pelo Colégio Notarial do Brasil (2020).

## **A Teoria Triangular do Amor**

Sternberg, tentando explicar um sentimento tão subjetivo quanto o amor, teorizou que este não é um todo “principal” inseparável, mas um conjunto de emoções primárias que é melhor compreendido separadamente do que de forma integrada. Postulou então que o amor é resultado da interação entre três componentes: Intimidade, Paixão e Decisão/Compromisso (Sternberg, 1989, 1998).

O autor define intimidade como a presença do sentimento de felicidade, respeito, entendimento mútuo, comunicação, sensação de proximidade, capacidade de entregar-se, apoio emocional e valorização. Relações baseadas isoladamente nesse componente são semelhantes à amizade. O componente Paixão descrito por Sternberg (1986, 1989, 1998) diz respeito à atração física e sexual, à vontade de estar junto e ao romance. Decisão/compromisso, por sua vez, estão relacionados à decisão de amar e à vontade de que a relação se mantenha em longo prazo. Diferentemente da paixão, esse elemento consiste em controle consciente. Quando isolado, revela um relacionamento que tende a durar, mas principalmente pela influência de fatores externos, pois a paixão e a intimidade não estão presentes. Esse tipo de união também é chamado de amor vazio (Sternberg, 1986, 1997).

Sternberg descreve diferentes formas de amar ou tipos de amor de acordo com os elementos presentes na relação. Por exemplo, “amor pleno” seria a combinação entre os três componentes. Já a presença de intimidade e paixão seria chamado de “amor romântico”. Intimidade e decisão/compromisso mantém o casal unido mesmo após o término do desejo sexual e é chamado pelo autor de “companheirismo”. O “amor factual” ou “ilusório” é a junção entre paixão e decisão/compromisso no qual existe a atração física e a vontade de permanecer juntos, mas o casal ainda não desenvolveu intimidade (Sternberg, 1986, 1997).

Cada componente do amor pode ser expresso por um conjunto de ações direcionadas ao(à) companheiro(a). A intimidade, por exemplo, pode se manifestar com atitudes que visam a compartilhar o tempo com o outro, através de comunicação honesta e empatia. Já o compromisso pode ser demonstrado através de fidelidade, decisão de investir no relacionamento por um determinado período de tempo e engajamento (Gouveia et al., 2009). A paixão por sua vez está mais relacionada a aspectos fisiológicos, portanto é expressa por meio do desejo e ações que levem a estar próximo do companheiro. Sternberg (1997) indica que nem sempre os três componentes do amor fazem parte de um relacionamento afetivo, como por exemplo, o amor pela família que consiste de intimidade e compromisso, porém sem paixão (Hernandez, 1999), ou das relações em ambiente de trabalho que podem ter intimidade, mas que nem sempre se transformam em amizades duradouras ou relacionamentos românticos.

### **Terapia do Esquema**

Para além de identificar os estilos de relacionamento e o amor, quando falamos sobre a dinâmica dos relacionamentos é importante entender por que as pessoas se relacionam com parceiros específicos mesmo quando as relações trazem sofrimento. Abordagens recentes como a Terapia do Esquema de Jeffrey Young têm se ocupado em entender como as nossas relações interpessoais na vida adulta sofrem influência de nossas vivências de infância. Nessa teoria, considera-se que os vínculos estabelecidos em uma relação conjugal podem ser adaptativos e terapêuticos ou até altamente disfuncionais e destrutivos, o que pode gerar grande sofrimento na vida dos cônjuges (Paim, 2015).

A base da Terapia do Esquema parte de algumas teorias, dentre elas, a Teoria do Apego desenvolvida pelo psiquiatra John Bowlby, com apoio da psicóloga Mary Ainsworth, que é até hoje essencial para o entendimento sobre a importância dos vínculos formados na infância com cuidadores, e que na vida adulta influenciam sua forma de se relacionar com os outros. Assim como as relações vinculares iniciais, as conjugais também são governadas por este mesmo sistema comportamental, o sistema de apego (Mendes & Maia, 2019).

Ainsworth (1985) realizou experimentos com crianças e seus cuidadores para entender os estilos de apego. Esses estilos são padrões de comportamento resultantes dos modelos de funcionamento internos (MIFs) que a criança constrói ao longo da vida e que vão formar um esquema afetivo-cognitivo sobre si, sobre os outros e sobre o ambiente (Ainsworth, 1985). Os MIFs agem como filtro da realidade, conforme descrito por J. Bowlby (1989) em que a criança constrói um modelo representacional interno de si mesma, dependendo de como foi cuidada. Assim, se o sentimento em relação aos cuidadores é de segurança, este modelo permite que a criança acredite em si própria, consiga tornar-se independente e explorar sua liberdade. Portanto, as experiências com os cuidadores primários geram um modelo que será a base para todos os relacionamentos íntimos futuros (Dalbem & Dell'Aglio, 2005); (Bretherton & Munholland, 1999).

A Terapia do Esquema (TE) pressupõe que experiências durante a infância e a adolescência terão influência no desenvolvimento de aspectos da personalidade e no surgimento de Esquemas Iniciais Desadaptativos (EIDs), que são estruturas que armazenam crenças e regras que determinam como o indivíduo interpreta e age no ambiente, são disfuncionais e geram sofrimento. Em geral, estão no centro dos transtornos de personalidade, problemas caracterológicos e muitos transtornos e sintomas clínicos (Young, Klosko, & Weishaar, 2008). Estes esquemas remetem a memórias, emoções e sensações, incluindo representações mentais de si próprio e dos relacionamentos com outros indivíduos, construídos ao longo da infância e da adolescência (Young et al., 2008).

Segundo Young (2003), ao longo do desenvolvimento da personalidade existem diversas necessidades básicas que precisam ser supridas: vínculo seguro com os outros indivíduos, senso de competência e autonomia, autocontrole e limites realistas em relação aos outros e ao ambiente; liberdade de expressão e validação das emoções e sentimentos, espontaneidade e lazer. Quando essas necessidades não são supridas adequadamente, esquemas iniciais desadaptativos podem se formar (Young et al., 2008).

Atualmente, identificam-se dezoito EID's específicos descritos na literatura, que são divididos em cinco domínios esquemáticos (Paim, Madalena, & Falcke, 2012; Wainer, 2016; Wainer & Rijo 2016; Young et al., 2008). Um domínio corresponde a um agrupamento de necessidades básicas de cada fase do desenvolvimento da criança, o não atendimento dessas necessidades leva ao surgimento de esquemas específicos (Paim et al., 2012; Wainer, 2016; Wainer & Rijo, 2016; Young et al., 2008). Cada um dos cinco domínios esquemáticos da teoria do esquema será melhor descrito na tabela a seguir:

<b>Domínio</b>	<b>Necessidade Básica</b>	<b>Tarefa Evolutiva</b>	<b>EIDs</b>
1º Domínio: Desconexão e Rejeição	Vínculo seguro	Aceitação e pertencimento	Abandono/Instabilidade, Desconfiança/Abuso, Privação Emocional, Defectividade/Vergonha e Isolamento social/Alienação
2º Domínio: Autonomia e Desempenho Prejudicados	Autonomia, competência e sentido de identidade	Adquirir senso de autonomia e competência	Dependência/Incompetência, Vulnerabilidade ao dano ou a doença, Emaranhamento/Self subdesenvolvido e Fracasso
3º Domínio: Limites Prejudicados	Autocontrole e limites realistas	Aprender esses limites realistas de modo a funcionar de forma mais adaptativa no ambiente	Arrogo/Grandiosidade e Autocontrole/Autodisciplina insuficientes

4º Domínio: Direcionamento para o outro	Lazer e espontaneidade	Respeito a suas aspirações e desejos	Subjugação, Auto Sacrifício e Busca de aprovação/Busca de reconhecimento
5º Domínio: Supervigilância e Inibição	Liberdade de expressão e de ter emoções e necessidades validadas	Expressão emocional legítima	Inibição emocional, Padrões inflexíveis/Postura crítica exagerada, Negativismo/Pessimismo e Postura Punitiva

Tabela 1. Domínios Esquemáticos e tarefas evolutivas. (Young et al., 2008; Wainer et al., 2016)

Desta forma, as necessidades emocionais não atendidas geram EIDs e vão ter impacto na forma como o indivíduo se relaciona em família, no trabalho, nas relações sociais em geral e principalmente nas relações íntimas. Normalmente são os relacionamentos amorosos que apresentam mais aspectos disfuncionais e que levam a maior sofrimento, pois são nestas relações onde há maior ativação emocional, e também porque são governadas pelo mesmo sistema de apego formado na infância (Hazan & Shaver, 1987).

### **A Química Esquemática**

Na perspectiva da Terapia do Esquema, as escolhas por parceiros íntimos são influenciadas pela química esquemática, compreendida como a ativação de memórias emocionais dolorosas, bem como das crenças e regras relacionadas aos seus esquemas. Quanto mais fortes os EIDs, mais as escolhas amorosas são influenciadas por eles (Young, Klosko, & Weishaar, 2003). Segundo Stevens e Roediger (2017), as pessoas tendem a escolher parceiros que lhe remetam a alguma familiaridade, mesmo que esta familiaridade traga certo sofrimento, ou seja, decisões baseadas em EIDs e que acabam por servir como manutenção de padrões esquemáticos (McGinn & Young, 2012; Young, Klosko, & Weishaar, 2003). Indisponibilidade do parceiro desejado, relações que reproduzam sensações de rejeição, abuso, insegurança no vínculo, vivências emaranhadas que mantêm EIDs são alguns dos exemplos que podem ter sido

aprendidos na infância com a dinâmica familiar e que posteriormente são repetidas no relacionamento amoroso.

Existe uma tendência dos adultos a reproduzir eventos traumáticos da infância e carências de necessidades não supridas no início da vida, levando a comportamentos compulsivos e repetitivos que estão fora da consciência do indivíduo. É fácil repetir padrões e difícil mudá-los (Stevens & Roediger, 2017). A TE também entende que existem EIDs que costumam ser compatíveis embora pouco saudáveis e que a química esquemática os leva a funcionar como um encaixe (Stevens & Roediger, 2017; Paim, 2019). Alguns exemplos com forte química esquemática são por exemplo o par defectividade/vergonha e grandiosidade/arrogo. Em geral, pessoas com esquema de defectividade têm o sentimento central de desvalor que tende a ser reforçado com a escolha de um parceiro com senso de superioridade em relação aos outros. A origem do esquema de defectividade está tipicamente relacionada a experiências em ambientes familiares críticos, exigentes e de valorização condicional (Young et al., 2003). Nas relações amorosas adultas o indivíduo revive sensações infantis, como se não fosse merecedor de valorização e com isso acaba por buscar um parceiro “superior” e seu valor passa a ser baseado na aprovação do companheiro (Behary, 2011). Outro exemplo seria a dupla privação emocional e inibição emocional, as sensações de desamparo, solidão, desconexão emocional e expectativas de que as necessidades emocionais não serão atendidas, contemplam o que pessoas com esquema de privação emocional sentem. Em geral, o surgimento deste esquema é proveniente de ambientes familiares negligentes ou com frieza emocional e distanciamento dos cuidadores, essas vivências são reproduzidas em relacionamentos com parceiros que possuem esquema de inibição emocional, ou seja, com indivíduos que têm dificuldades em expressar emoções, sentimentos ou empatia, gerando uma relação desconectada e distante que mantém os esquemas ativados (Paim, 2019). Mas existem diversas outras combinações que geram a ativação e a perpetuação dos esquemas, além de provocar grande sofrimento para os indivíduos na relação.

A ativação dos esquemas por si só não é o centro dos problemas conjugais, mas as respostas de enfrentamento que a ativação dos esquemas desencadeia, ou seja,

comportamentos disfuncionais aprendidos na infância usados para lidar com o sentimento de vulnerabilidade causado pelos esquemas. Esses comportamentos em geral levam a embates que resultam em desconexão e distanciamento (Simeone-DiFrancesco, Roediger, & Stevens, 2015).

De acordo com achados de Mônico e Teodoro (2011), determinadas características individuais bem como traços de personalidade estão relacionados com a forma de perceber a relação amorosa e o quanto se sentem satisfeitas com esse relacionamento. Este e outros estudos sugerem que aspectos do amor contribuem para a satisfação com o relacionamento. Sternberg (1989) estabelece que a intimidade é o maior preditor de satisfação no relacionamento. Os estudos de Karwowski-Marques (2008) e Hernandez e Oliveira (2003) corroboram com a teoria de Sternberg uma vez que indicaram que aspectos relacionados à intimidade foram os preditores mais fortes de satisfação conjugal. Já Rizzon, Wagner e Mosmann (2013) encontraram em sua amostra o fator decisão/compromisso como item mais prevalente, porém cerca de 40% destes estavam insatisfeitos com seus relacionamentos, provavelmente porque, entre outros fatores, este era o único elemento dentro da relação.

Levando-se em conta que cada pessoa possui diferentes esquemas, é provável que os indivíduos da mesma relação percebam diferentemente aspectos como intimidade, paixão e compromisso, já que os esquemas irão influenciar as necessidades emocionais individuais e a forma como percebem o mundo, a si e os outros.

Deste modo, o presente trabalho propõe-se a investigar como os indivíduos percebem seus relacionamentos partindo da Teoria Triangular do Amor de Sternberg, quais seus domínios esquemáticos predominantes e como esses domínios interferem nessa percepção. O estudo dos EIDs dos sujeitos é de grande relevância quando se deseja entender e trabalhar os relacionamentos conjugais. (Vargas & Pureza, 2019). Além disso, pretende-se observar como o contexto da pandemia de Covid-19 influencia nestes resultados. O uso destes três elementos torna possível investigar a percepção de amor dentro da perspectiva de Sternberg (Paixão + Decisão/Compromisso + Intimidade)

e ainda se o contexto de pandemia pode trazer algum subsídio a mais para o relacionamento.

Uma das hipóteses deste estudo é de que indivíduos com esquemas mais graves no Primeiro Domínio (Desconexão e Rejeição – Abandono, Privação emocional, Desconfiança/Abuso, Defectividade/Vergonha e Isolamento social/Alienação) podem perceber seus relacionamentos como mais ligados à paixão e menos ao compromisso e à intimidade, uma vez que indivíduos que apresentam esquemas relacionados a este domínio tendem a apresentar dificuldades em obter satisfação e segurança na relação com seus pares, como sugerido por Young, Klosko e Weishaar (2008). Além disso, em geral pessoas com esquemas mais graves no primeiro domínio podem relacionar-se com parceiros emocionalmente menos disponíveis, ou até mesmo não conseguem expressar suas necessidades dentro do relacionamento (Young, Klosko, & Weishaar, 2008). Sobre o Quarto Domínio (Orientação para o Outro - Subjugação, Auto Sacrifício e Busca de aprovação/Busca de reconhecimento), como o sujeito abre mão de suas necessidades individuais, não há possibilidades de trocas, o que dificultaria a intimidade e a conexão do casal. Com esse funcionamento, o sujeito poderia avaliar negativamente o item intimidade. Outra hipótese seria de que indivíduos com maior ativação de esquemas do Quinto Domínio (Supervigilância e Inibição) poderiam ter menos intimidade e possivelmente menos paixão em seus relacionamentos uma vez que a dificuldade de expressão emocional e rigidez comum em esquemas deste domínio acabam não permitindo conexão e conseqüentemente intimidade nas relações.

## **Método**

### **Participantes**

Participaram deste estudo 122 pessoas com idades entre 20 a 60 anos, sendo 60,7% do sexo feminino e 39,3% do sexo masculino. Dos 122 participantes, 83 relataram morar juntos. Além disso, 48,4% estão em um namoro, 43,3% estão casados, 5,7% disseram estar em um noivado, e 2,5% outro tipo de relacionamento. A maioria da amostra está no relacionamento entre 5 e 10 anos. 21,3% dos participantes relataram ter pelo menos um filho. A amostragem foi feita por conveniência.

## **Delineamento**

O presente estudo é transversal, quantitativo com delineamento comparativo e correlacional. A coleta de dados foi realizada de modo online, com instrumentos de autorrelato, apresentando uma duração estimada de 20 minutos. Este trabalho foi submetido à aprovação do Comitê de Ética do Instituto de Psicologia da Universidade Federal do Rio Grande do Sul.

## **Instrumentos**

Os instrumentos utilizados neste estudo foram Escala Triangular do Amor de Sternberg (1986), Questionário de Esquemas de Young (2003) e um questionário sociodemográfico aplicado nesta ordem e estão detalhados a seguir.

**a) Escala Triangular do Amor de Sternberg (ETAS, Sternberg's Triangular Love Scale):** avalia a percepção do indivíduo sobre o seu relacionamento amoroso de acordo com a Teoria Triangular do Amor (Sternberg, 1986). A versão reduzida utilizada foi validada para o Brasil por Cassepp-Borges e Teodoro (2007). A escala é composta por 15 itens referentes aos construtos intimidade, paixão e decisão/compromisso. Para cada item, o participante responde o quanto cada afirmativa é verdadeira em uma escala do tipo Likert que varia de um (de jeito nenhum) a nove (extremamente).

**b) Young Schema Questionnaire (YSQ-S3):** objetiva avaliar 18 EIDs considerados como centrais na cognição humana (Young, 2003). Formado por 90 afirmativas, o questionário tem uma escala tipo Likert de 1 a 6 para pontuação de acordo com a percepção do examinando. Os 18 esquemas encontram-se inseridos em cinco grandes domínios: desconexão/rejeição, autonomia/desempenho prejudicados, limites prejudicados, orientação para o outro e supervigilância/inibição.

**c) Questionário sócio demográfico:** o questionário servirá para coletar dados da amostra como, por exemplo, idade, tempo e tipo de relacionamento, informações relacionadas ao contexto de pandemia, etc.

## **Procedimentos**

Para a participação neste estudo, foram estipulados indivíduos que estivessem dispostos a se voluntariar para participar da pesquisa e foram recrutados de forma online através de divulgação nas redes sociais e e-mail da coordenação do curso de Psicologia da Universidade Federal do Rio Grande do Sul. A coleta de dados foi realizada através de formulário online onde constava, o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, um questionário com dados sócio demográficos com alguns dados relevantes como idade, sexo, estado civil, tempo de relacionamento, questões relacionadas ao contexto da pandemia, entre outros. Além disso os participantes também responderam à escala Triangular do Amor de Sternberg e ao Questionário de Esquemas de Young. Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética e pesquisa do Instituto de Psicologia da UFRGS.

Depois de recolhidos, os resultados foram inseridos numa base dados para serem tratados. A análise dos resultados do questionário foi realizada com o software SPSS (Statistical Package for the Social Sciences).

Para melhor visualização dos dados (procedimentos de análise, resultados e discussão dos resultados) os mesmos estão apresentados na modalidade de dois estudos, sendo o primeiro sobre achados a respeito de convivência durante a pandemia e o segundo sobre as relações entre as dimensões do Amor de Sternberg e Esquemas Iniciais Desadaptativos de Young.

### **Estudo I**

#### **Procedimentos para análise dos dados**

Com Software *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS), foram realizadas análises descritivas para as variáveis em estudo (médias, desvio-padrão, mínimo/máximo e frequências relativas e absolutas). Adicionalmente, foram conduzidas análises de qui-quadrado para mensurar o nível de associação de variáveis categóricas, no que se refere ao relacionamento com o(a) parceiro(a) a partir daqueles que referiram morar junto com seu(sua) parceiro(a) e que não referiram. Também foi realizado teste de diferenças de médias através de Mann-whitney para verificar diferenças quanto a

percepção de convívio entre os dois grupos (de indivíduos que moram e que não moram com seus(uas) parceiros(as)).

## Resultados

A amostra foi composta por 122 participantes adultos, com idades entre 20 e 60 anos ( $m = 29,6$ ;  $DP = 6,9$ ). No momento da coleta, a maioria não possuía filhos e estava trabalhando em casa. A tabela 2 descreve as estatísticas descritivas para a amostra total, e de acordo com quem mora e não mora junto.

Tabela 2.

Análises descritivas das variáveis sociodemográficas de acordo com indivíduos que moram com seu parceiro(a), que não moram com seu parceiro(a) e amostra total

	Mora junto ( $n = 83$ )	Não mora junto ( $n = 39$ )	Amostra total ( $N = 122$ )
Variáveis	$n$ (%)	$n$ (%)	$n$ (%)
<b>Sociodemográficas</b>			
Idade <sup>£</sup>	31,2(6,9)	26,1(5,6)	29,6(6,9)
Sexo			
Feminino	48(57,8)	26(66,7)	74(60,7)
Masculino	35(42,2)	13(33,3)	48(39,3)
Tipo de relacionamento			
Namoro	21(25,3)	38(97,4)	59 (48,4)
Noivado	6(7,2)	1(2,6)	7(5,7)
Casamento	53(63,9)	-	53(43,4)
Outro	2(3,6)	-	3(2,5)
Tempo de Relacionamento			
Até 1 ano	3(3,6)	8(20,5)	11(9)
Até 2 anos	8(9,6)	9(23,1)	17(13,9)
Até 3 anos	9(10,8)	8(20,5)	17(13,9)
Até 4 anos	5(6)	3(7,7)	8(6,6)
Até 5 anos	10(12)	3(7,7)	13(10,7)
Entre 5 e 10 anos	24(28,9)	8(20,5)	32(26,2)
Entre 10 e 15 anos	15(18,1)	-	15(12,3)
Entre 15 e 20 anos	6(7,2)	-	6(4,9)

Mais de 20 anos	3(3,6)	-	3(2,5)
Filhos			
Sim	24(28,9)	2(5,1)	26(21,3)
Não	59(71,1)	37(94,9)	96(78,7)
Número de filhos			
1	12(14,5)	1(2,6)	13(10,7)
2	12(14,5)	1(2,6)	12(9,8)
3	-	-	1(0,8)
Trabalha em casa?			
Sim	50(60,2)	21(53,8)	71(58,2)
Não	33(39,8)	18(46,2)	51(41,8)
Companheiro trabalha em casa?			
Sim	47(56,6)	19(48,7)	66(54,1)
Não	36(43,4)	20(51,3)	56(45,9)
Trabalha na linha de frente do combate à Covid-19 (respondente ou seu companheiro)?			
Sim	6(7,2)	5(12,8)	11(9)
Não	77(92,8)	34(87,2)	111(91)

£ Idade foi descrita em termos de média e desvio-padrão, em vez de frequências relativas e absolutas.

No que se refere àqueles respondentes que moram com seus(as) parceiros(as) (n = 83), aproximadamente 1/3 deles está morando junto há pelo menos três anos e no máximo há seis anos. 27,6% da amostra mora junto há no máximo um ano, 7% há no máximo dois anos, 14,5% está morando com seu parceiro há pelo menos sete anos e no máximo dez anos e outros 16,9% da amostra estão morando com seus parceiros há pelo menos 11 anos. Dentre eles, 79,5% referiu que já morava junto antes da pandemia em comparação aos 20,5% que passou a morar junto após ou durante a pandemia.

### **Pandemia e eventos durante o período**

Quando perguntados sobre questões relativas à pandemia e ao Coronavírus, a maioria dos entrevistados (86,1%) referiu não ter tido diagnóstico de Covid-19. Quando

questionados sobre se os parceiros(as) ou alguém da família tem ou teve diagnóstico de Covid-19, 59,8% relatou que não. A Figura 1 apresenta em gráfico as frequências absolutas das respostas.

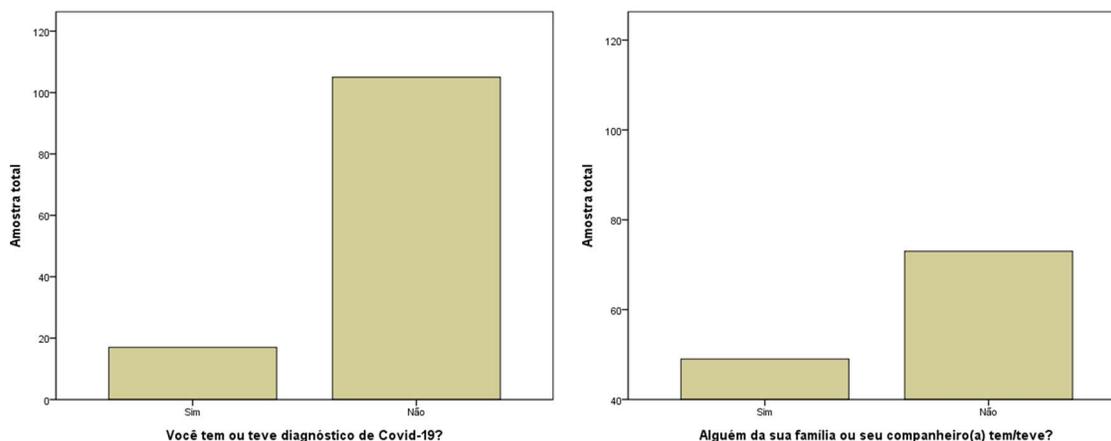


Figura 1. Eventos durante Pandemia.

Sobre estar no grupo de risco, apenas 12,3% da amostra ( $n = 15$ ) referiu estar no grupo de risco do Coronavírus. Por outro lado, 74,5% dos entrevistados relatou que algum familiar ou o próprio companheiro, está no grupo de risco do novo Coronavírus ( $n = 92$ ). Nenhum participante relatou que esteve internado por Covid-19 ou por outro motivo, no período da pandemia ( $n = 122$ ). Contudo, 18,9% ( $n = 23$ ) dos respondentes disse que algum familiar ou o próprio companheiro(a) esteve internado em decorrência de Covid-19 ou outro problema de saúde durante a pandemia. Quando questionados se houve falecimento de familiar próximo (irmãos, pais, tios, avós, filhos, etc) durante este período, 26 pessoas responderam afirmativamente, totalizando 21,3% da amostra total. Com relação aos impactos financeiros da pandemia, 37 (30,3%) pessoas responderam que estão enfrentando ou estão enfrentando dificuldades financeiras. Sobre outros eventos durante o período de pandemia, quase metade da amostra (48,4%;  $n = 59$ ) relatou ter vivenciado algum evento como nascimentos, gravidez, casamentos ou novo emprego.

### Convívio e relacionamento com o parceiro

Sobre o convívio e relacionamento com o parceiro, a maioria dos indivíduos relatou que o convívio está maior (73%;  $n = 89$ ), seguido por aqueles que não observaram diferenças no convívio (14,8%;  $n = 18$ ) e por último, por aqueles que relataram menor convívio durante o período (12,3%;  $n = 15$ ). Sobre a percepção desse convívio, que variou de péssimo a excelente (de 1 a 5), a maioria dos participantes ( $n = 94$ ) revelou avaliações

positivas (entre 4 e 5), sendo que mais de  $\frac{1}{4}$  da amostra referiu perceber o convívio como excelente. Na análise de grupos referente a quem mora e quem não mora com seu(u) parceiro(a), não foram encontradas diferenças significativas para essa variável ( $p = 0,259$ ). Sobre a avaliação geral do relacionamento com o(a) parceiro(a), a maioria dos casais ( $n = 101$ ; 82,8%) percebe o relacionamento de forma positiva (entre 4 e 5 na escala de respostas). Não foram observadas diferenças nas médias de avaliação geral do relacionamento entre quem mora e quem não mora junto ( $p = 0,941$ ).

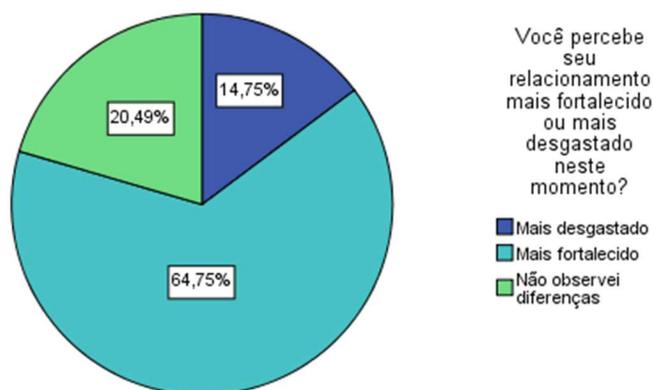


Figura 2 – Gráfico desgaste do relacionamento

Sobre a percepção de desgaste/fortalecimento no relacionamento em decorrência da pandemia, a maioria dos participantes referiu que sente o relacionamento mais fortalecido ( $n = 79$ ). A Figura 2 ilustra as frequências relativas para esse tópico. Na análise de grupos referente a quem mora e quem não mora com seu(u) parceiro(a), não foram observadas associações com relação ao desgaste/fortalecimento da relação ( $p = 0,205$ ). Os participantes também foram questionados quanto ao aumento na frequência de desentendimentos durante o período de pandemia. A maioria relatou que o relacionamento não tem tido mais desentendimentos do que antes ( $n = 76$ ; 62,3%), em comparação com 46 pessoas (37,7%) que reportaram maiores desentendimentos do que antes. Não foram observadas diferenças (associação) quanto a aumento na ocorrência de desentendimentos entre quem mora e quem não mora junto ( $p = 0,906$ ).

Acerca dos aspectos que favorecem a relação em um contexto de pandemia, foram codificadas as frequências de resposta para cada variável elencado previamente no questionário (ter intimidade com o parceiro, não estar o tempo todo juntos, cada um ter

sua individualidade e momento a sós, ter confiança no parceiro, poder passar muito tempo juntos, viajar juntos, estarem apaixonados, ter estabilidade na relação e ter uma relação duradoura) e para aqueles livremente incluídos pelos participantes na opção “outro”. A Figura 3 apresenta gráfico com as frequências absolutas das respostas para a amostra (n = 122), sendo que mais de uma resposta poderia ser selecionada pelos participantes.



Figura 3 – Fatores que favorecem a relação.

Sobre os aspectos que atrapalham a relação em um contexto de pandemia, foram descritas as frequências relativas das respostas para aquelas variáveis previamente selecionadas na pesquisa (passar muito tempo juntos, não estar o tempo todo juntos, não ter parceria, não possuir características em comum, não possuir aspiração em comum, não possuir confiança no outro, não possuir atividades em conjunto, estar há muito tempo no relacionamento, estar há pouco tempo no relacionamento, não ter uma relação estável, não ter atividades sem o parceiro(a), não ter uma boa comunicação) e para aquelas respostas adicionais incluídas pelos participantes na opção “outro”. A Figura 4 descreve as frequências absolutas das respostas dos participantes (mais de uma resposta poderia ser selecionada por cada participante).

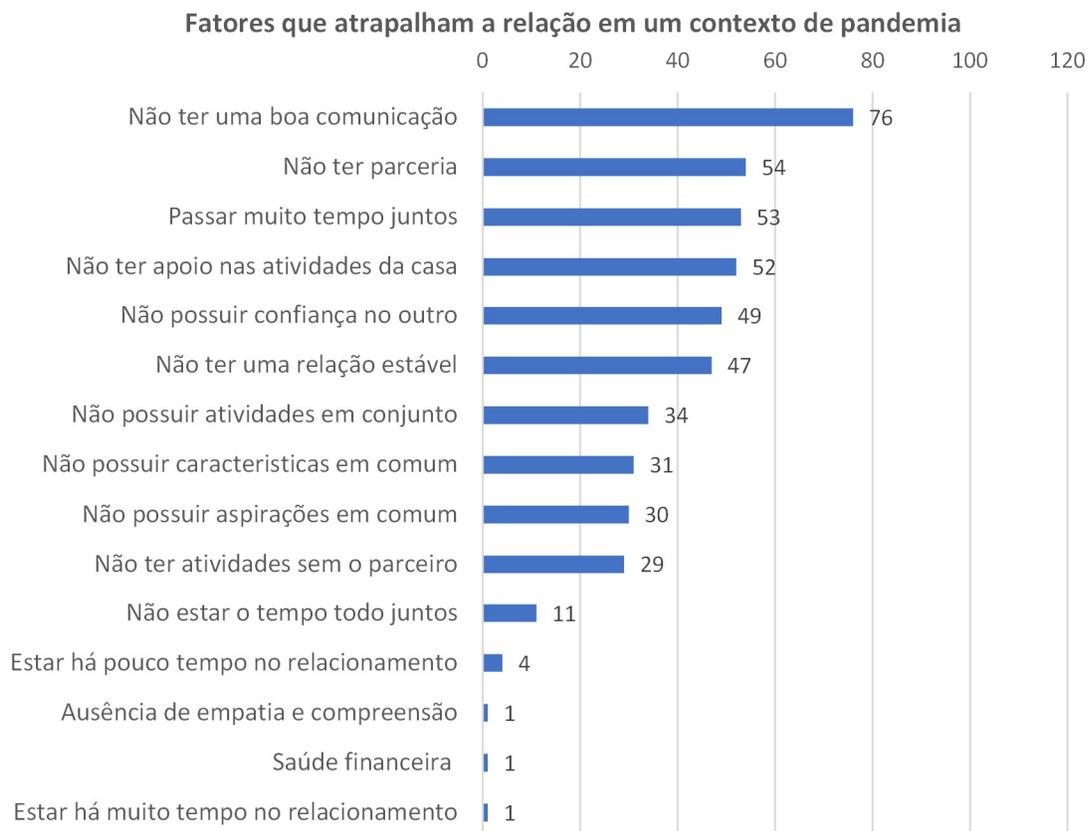


Figura 4 – Fatores que atrapalham a relação.

### Discussão

Cerca de pouco mais da metade da amostra (64,75%) percebe seu relacionamento mais fortalecido durante este período de pandemia, o que pode indicar que possivelmente estes indivíduos possam ter melhores habilidades sociais, pois conforme descrito na literatura, casais mais habilidosos socialmente possuem maiores índices de satisfação conjugal, bem como comunicam-se mais adequadamente, especialmente em contextos de crise (Leichty, Willinhangz, & Hart, 2002, citado em Falcone & Ramos, 2005) . Este dado também confirma achados de outros estudos que apontam que a capacidade de escuta e de resolução de conflitos estão relacionados ao aumento da satisfação conjugal e à redução do índice de divórcio (Bissonnette, Rusbult, & Kilpatrick, 1997; Caballo, 1987; Collins & Collins, 1992; Davis & Oathout, 1987; Goleman, 1995; Ickes, 1997; Karney & Bradbury, 1995; Long & Andrews, 1990; Villa, 2002).

Também foi identificado que quando perguntados sobre os fatores que prejudicam a relação em um contexto de pandemia, 62% dos indivíduos desta amostra responderam que a falta de comunicação seria um dos principais fatores. Estudos realizados por Lopes (2012) encontraram a comunicação como um fator altamente relacionado à satisfação conjugal, o que confirmam diversos outros estudos (Narciso & Costa, 1996; Markman et al., 1993 citado por Lopes, 2012). Portanto a comunicação parece influenciar tanto na satisfação conjugal quanto na redução de conflitos (Alarcão, 2002 citado por Lopes, 2012), conforme estudo de Markman, Rhoades, Stanley, Ragan e Whitton (2010), em que avaliaram associações entre comunicação e resolução de conflitos na conjugalidade. Os resultados mostraram que a comunicação negativa é um fator de risco tanto para o conflito quanto para o divórcio, do que a comunicação positiva, apontada como um fator de proteção. (Markman et al., 2010). Segundo Gottman (1998), comunicações negativas são interações afetivas mais negativas que podem ser acompanhadas de críticas, desacordos, menosprezo, ironia e defensividade e que prejudicam a satisfação conjugal.

Conforme apresentado na Figura 2, 90 participantes responderam que a intimidade é um fator que favorece o relacionamento em um contexto de pandemia, o que corrobora com estudos já realizados sobre conjugalidade e satisfação no relacionamento que demonstram que intimidade é um fator relevante para satisfação conjugal (Karwowski-Marques, 2008; Hernandez & Oliveira, 2003; Rizzon, Wagner, & Mosmann, 2013), bem como segundo Crespo, Narciso, Ribeiro e Costa (2006) a intimidade tem um papel relevante em termos de manter a relação.

## **Estudo II**

### **Procedimentos para análise de dados**

Inicialmente, estatísticas descritivas básicas com relação à amostra foram conduzidas e médias/desvios-padrão para os componentes do amor e domínios/esquemas são apresentadas. Posteriormente, foram realizadas análises de correlação para identificar as associações entre todas as variáveis do estudo. Optou-se

pelo coeficiente de correlação de Spearman visto que uma análise inicial dos valores de assimetria e curtose da amostra revelou anormalidades na distribuição dos dados. Após, foi realizada análise de cluster com vistas a verificar possíveis grupos relativamente homogêneos com base nos escores da Escala de Amor de Sternberg, nas dimensões: intimidade, compromisso e paixão. O número de clusters não foi determinado inicialmente. Para identificá-los, foi realizada análise de cluster hierárquica exploratória, a partir do método Ward e com a medida de distância euclidiana dos quadrados. Após análise do dendograma e da matriz de aglomerações verificou-se uma solução de três grupos.

Procedeu-se então a análise de cluster *K-means*, delimitando-se três fatores para a análise, a partir da análise exploratória prévia. A solução de três fatores resultou em cluster 1 = 15; cluster 2 = 70 e cluster 3 = 37. Também foi realizada com um subgrupo aleatório composto por 35% da amostra ( $n = 50$ ), nova análise de clusters, a qual novamente resultou em uma solução de três fatores. Por fim, análises de diferenças entre grupos a partir de Kruskal Wallis foram realizadas para verificar as diferenças com relação aos esquemas dos participantes. Vale ressaltar que para análises não paramétricas como as citadas nesse estudo, são utilizados os rankings médios dos grupos e não a média dos escores das escalas. Contudo, quando necessário, optou-se pela descrição dos resultados em termos de média e desvio-padrão, devido ao potencial ilustrativo e de fácil entendimento desses dados.

## **Resultados**

Análises de correlação entre as variáveis de amor nos relacionamentos e entre os esquemas estão expressas na Tabela 3. Verificam-se correlações inversas e estatisticamente significativas entre a dimensão de intimidade da escala de amor e os esquemas de privação emocional, isolamento social/alienação, auto sacrifício e inibição emocional.

Tabela 3

Correlações entre as dimensões de amor nos relacionamentos e os Esquemas Iniciais Desadaptativos (EIDs)

Esquemas Iniciais Desadaptativos	Intimidade	Compromisso	Paixão
<b>Desconexão e Rejeição</b>			
Abandono/instabilidade	-0,069	-0,056	0,132
Desconfiança/abuso	-0,116	-0,069	-0,077
Privação emocional	<b>-0,463**</b>	-0,149	-0,036
Defectividade/vergonha	-0,136	-0,143	-0,101
Isolamento social/alienação	<b>-0,183*</b>	-0,088	0,032
<b>Autonomia e Desempenho</b>			
<b>Prejudicados</b>			
Dependência/incompetência	-0,016	0,014	0,144
Vulnerabilidade ao dano ou à doença	-0,080	-0,034	0,032
Emaranhamento/ <i>self</i> subdesenvolvido	-0,073	-0,035	0,066
Fracasso	-0,121	0,047	0,108
<b>Limites Prejudicados</b>			
Arrogo/grandiosidade	-0,038	-0,100	-0,001
Autocontrole/autodisciplina insuficientes	-0,150	-0,030	0,106
<b>Orientação para o Outro</b>			
Subjugação	-0,174	-0,078	0,047
Autossacrifício	<b>-0,191*</b>	-0,110	-0,031
Busca de aprovação/reconhecimento	-0,043	-0,153	-0,050
<b>Supervigilância e Inibição</b>			
Negativismo/pessimismo	-0,068	-0,065	0,080
Inibição emocional	<b>-0,203*</b>	-0,131	-0,101
Padrões inflexíveis	0,012	-0,017	-0,054
Postura punitiva	0,014	-0,113	0,110

\*\*p < 0,001; \*p < 0,05

### **Análise de subgrupos a partir das dimensões de intimidade, paixão e compromisso**

Conforme descrito nos procedimentos, foram realizadas análises de *cluster* hierárquicas e não hierárquicas para verificar subgrupos relativamente homogêneos a

partir das pontuações nas três dimensões da escala de amor. Como resultados, uma solução de três grupos foi criada. Verificou-se, portanto, que o Cluster 1 ( $n = 15$ ) tinha por características indivíduos com os escores mais baixos nas três dimensões da escala do amor. O Cluster 2 ( $n = 70$ ) é composto por pessoas com os maiores escores nas três dimensões examinadas e o Cluster 3 ( $n = 37$ ) contempla indivíduos com escores médios nas três dimensões. O Gráfico 1 ilustra a divisão dos grupos e dos escores.

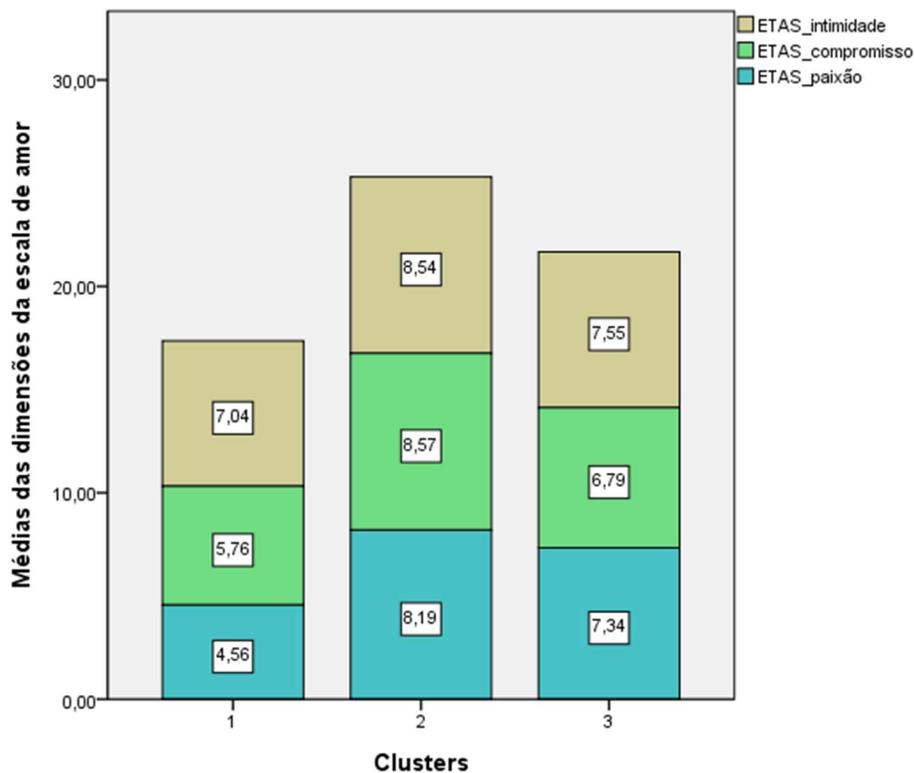


Figura 5 – Divisão de grupos em Clusters.

### Diferenças nas variáveis em estudo a partir dos subgrupos da escala de amor

O teste Kruskal-Wallis mostrou que os Esquemas Iniciais Desadaptativos (EIDs) de privação emocional, inibição emocional e autosacrifício diferiram entre os Clusters examinados, com os indivíduos do Cluster 1 apresentando maiores escores nesses esquemas. A Tabela 4 ilustra os resultados encontrados.

Tabela 4

Diferenças nos escores dos Esquemas Iniciais Desadaptativos (EIDs) entre *clusters*

Domínios e esquemas	Cluster	Cluster	Cluster	H <sup>‡</sup>	p
	1 (N = 15) Ranking s Médios	2 (n = 70) Ranking s Médios	3 (N = 37) Ranking s Médios		
Desconexão e Rejeição					
Abandono/instabilidade	69,9	59,4	61,89	1,1	0,5
Desconfiança/abuso	71,5	58,5	63	1,7	0,4
<b>Privação emocional</b>	<b>85,3</b>	<b>55,3</b>	<b>63,4</b>	<b>9,6</b>	<b>0,008</b> **
Defectividade/vergonha	79,2	57,6	61,6	5	0,08
Isolamento social/alienação	78,4	56,5	64	5	0,08
Autonomia e Desempenho					
Prejudicados					
Dependência/incompetência	59,3	61,5	62,3	0,07	0,9
Vulnerabilidade ao dano ou à doença	67	59	63,8	0,8	0,6
Emaranhamento/self subdesenvolvido	70,6	58,8	62,8	1,4	0,4
Fracasso	67,7	59,7	62,5	0,5	0,7
Limites Prejudicados					
Arrogo/grandiosidade	73,3	59,1	60,9	2,1	0,3
Autocontrole/autodisciplina insuficientes	67,9	59,4	62,7	0,7	0,6
Orientação para o Outro					
Subjugação	70,4	57	66,2	2,7	0,2
<b>Autossacrifício</b>	<b>80,3</b>	<b>56,1</b>	<b>63,9</b>	<b>6</b>	<b>0,049</b> *
Busca de aprovação/reconhecimento	74,7	58,1	62,4	2,7	0,2
Supervigilância e Inibição					
Negativismo/pessimismo	66,3	58,3	65,5	1,3	0,5
<b>Inibição emocional</b>	<b>81,5</b>	<b>55,5</b>	<b>64,5</b>	<b>7,1</b>	<b>0,029</b> *
Padrões inflexíveis	76,9	62,2	53,7	4,6	0,09
Postura punitiva	65,1	63,8	55,6	1,4	0,4

Nota. ‡ Estatística do teste Kruskal-Wallis.

\*\*p < 0,001; \*p < 0,05

Para verificar quais grupos diferem entre si quanto aos três esquemas identificados, foram observadas as estatísticas por pares de grupos. Verificou-se que

aqueles cujos escores na escala de amor eram menores (Cluster 1) possuíam maiores escores no esquema de privação emocional (*ranking* médio de 85,3) do que aqueles indivíduos do Cluster 2, cujo *ranking* médio foi de 55,3.  $H(1) = 3$ ,  $p = 0,006$ . Além disso, os indivíduos do cluster 1 possuíam maiores pontuações no esquema de auto sacrifício (*ranking* médio de 80,3) do que aqueles do Cluster 2 (*ranking* médio de 56,1),  $H(1) = 2,4$ ,  $p = 0,049$ .

Por último, os escores do esquema de inibição emocional diferiram entre os clusters 1 e 2, sendo que maiores escores foram observados no primeiro grupo, cujo *ranking* médio foi de 81,5 em comparação com o segundo grupo cujo *ranking* médio foi de 55,5,  $H(1) = 2,5$ ,  $p = 0,029$ . A Figura 5 ilustra as comparações entre grupos para os três esquemas identificados. Linhas em amarelo denotam que a relação do par é significativa e os nós representam os rankings médios para cada Cluster.

## Discussão

Embora o fator intimidade tenha correlacionado mais fortemente aos EIDs, quando as respostas dos participantes foram analisadas em Clusters, observou-se que as pontuações das três dimensões da escala do amor variam juntas nesta amostra, ou seja, em geral, quem pontuou mais alto em intimidade acabou pontuando alto também em compromisso e paixão, da mesma forma, baixas pontuações em intimidade também foram baixas nos outros dois construtos.

As correlações mais significativas com EIDs apareceram no Cluster 1, onde estão agrupados os indivíduos com menores pontuações nas três dimensões da escala do amor. Dentre os EIDs que mais correlacionaram a este grupo, estão os esquemas de privação emocional, autossacrifício e inibição emocional. O que pode indicar que nesta amostra, pessoas com menores índices de intimidade, paixão e compromisso tendem a ter esquemas de privação, autossacrifício e inibição emocional, que reforçam as hipóteses discutidas neste estudo.

Quando analisado as correlações entre EIDs e as três dimensões da Escala do amor, o item intimidade correlacionou inversamente de forma estatisticamente

significativa com os esquemas de privação emocional e isolamento social/alienação, o que corrobora parcialmente com a primeira hipótese deste estudo de que pessoas com esquemas do primeiro domínio tenderiam a pontuar mais baixo no item intimidade. Porém as dimensões paixão e decisão/compromisso não apresentaram correlações significativas. Este achado também corrobora com a literatura, que indica a intimidade como principal fator de satisfação conjugal conforme descrito pelo próprio Sternberg (1989), e em estudos feitos por Karwowski-Marques (2008) e Hernandez e Oliveira (2003) e Rizzon, Wagner e Mosmann (2013). Dentre as prováveis explicações para este resultado, é que indivíduos que apresentam esquemas relacionados ao primeiro domínio tendem a apresentar dificuldades em obter satisfação e segurança na relação com seus pares, como sugerido por Young, Klosko e Weishaar (2008). Além disso, é possível que indivíduos com esquemas no primeiro domínio tenham relacionamentos com parceiros emocionalmente menos disponíveis, ou até mesmo não conseguem expressar suas necessidades dentro do relacionamento (Paim, 2019). Conforme estudo realizado por Langroudi, Bahramizadeh e Mehri, (2011), os esquemas de privação emocional, auto sacrifício e desconfiança/abuso podem prever dificuldades do indivíduo em pontuar seus direitos ou a solicitar o atendimento de suas necessidades emocionais. Por conta da sensação de não ter direito a ter suas necessidades atendidas pelo outro, acabam por manter relacionamentos sem reciprocidade, diminuindo a capacidade de relacionar-se intimamente com outros. “A busca pela perfeição nas relações faz com que os parceiros se afastem da intimidade verdadeira” (Young et al., 2003).

Conforme descrito por Young (2008) o EID Privação Emocional é caracterizado pela expectativa de que o desejo de ter apoio emocional não será adequadamente satisfeito pelos outros. Indivíduos com este esquema sentem essencialmente que os outros não são capazes de compreendê-los e de cuidar deles. Em geral, internalizam que não obterão apoio dos outros e conseqüentemente não o pedem, e assim não recebem. Dentre as possíveis origens deste esquema, estão em pais fisicamente presente, mas com qualidade da relação emocional inadequada; pais que não souberam empatizar o suficiente; conexão com os pais era segura mas não próxima o suficiente ou a criança não desenvolve um senso de ser amada e valorizada. Para lidar com os esquemas, os indivíduos tendem a utilizar o que chamamos de estratégias de

enfrentamento, que podem ser desde se resignar ao esquema e agem de maneira a confirmá-lo; evitação, em que evita situações ou pessoas que possam levar à ativação do esquema; e a hipercompensação em que os indivíduos tentam agir de forma oposta ao esquema. Pessoas com esquema de Privação Emocional, podem usar diferentes estilos de enfrentamento: na resignação acabam escolhendo parceiros que lhes privam emocionalmente, que sejam mais frios, e costumam não pedir que lhes atendam suas necessidades; já na evitação podem optar por não manter relacionamentos íntimos, assim não entram em contato com a ativação do esquema; e na hipercompensação podem ser emocionalmente exigentes com parceiros e se irritam quando as necessidades não são satisfeitas.

O esquema de Isolamento social/alienação faz com que o indivíduo sinta-se diferente ou que não se adequa ao mundo social, e não se sentem pertencente a nenhum grupo. Em geral buscam atividades solitárias. Dentre as possíveis origens deste esquema estão o sentimento de diferença em relação a outras crianças por características observáveis, a família era diferente da comunidade, família mudava-se com frequência sem estabelecer raízes, familiares com alguma doença psiquiátrica. Ao lidar com o esquema, indivíduos que utilizam a resignação como estilo de enfrentamento tendem a concentrar-se exclusivamente nas diferenças em relação aos outros ao invés de buscar semelhanças. Na evitação, evita situações sociais e se envolver em grupos. Quando hipercompensa, o indivíduo tenta adequar-se e ajustar-se a todo e qualquer grupo ou situação social (Young, 2008).

A segunda hipótese deste estudo, de que sujeitos com esquemas no quarto domínio poderiam avaliar negativamente o item intimidade foi corroborada, uma vez que o esquema de auto sacrifício correlacionou negativamente com intimidade. A explicação estaria ligada ao fato de que em geral, sujeitos com esquemas no quarto domínio costumam abrir mão de suas necessidades individuais, o que impossibilita trocas e dificultaria a intimidade e a conexão do casal (Young, Klosko, & Weishaar 2008).

Pessoas com esquemas no quarto domínio colocam o atendimento das necessidades do outro a frente de suas próprias. Quando interagem com outras pessoas,

tendem a concentrar-se excessivamente nas necessidades alheias e internalizam que precisam atender aos outros sem muitas vezes perceber suas próprias necessidades. Muitas vezes este comportamento pode advir do medo de retaliação, para obter aprovação ou manter a conexão emocional. Quando estamos falando do esquema de Auto Sacrifício, sensações comuns a este esquema são sentimento de culpa caso não coloque as necessidades dos outros acima das suas; responsabilização pelo bem estar do outro; sentimento de raiva ou ressentimento uma vez que se doa muito e pouco recebe em troca. As origens deste esquema caracterizam-se pela aceitação condicional da família; quando eram crianças deveriam reprimir aspectos de si mesmas para obter aprovação e afeto. Além disso, o EID também pode ter sido originado por pais doentes ou necessitados de cuidados, indivíduo entendeu como sua responsabilidade cuidar dos outros, pais que culpavam os filhos por seus problemas e sofrimentos. As estratégias de enfrentamento deste esquema são: na resignação cuidam excessivamente dos outros e deixam de olhar para suas próprias necessidades; na evitação evitam situações de autocuidado; na hipercompensação assumem uma postura mais egoísta (Young, 2008).

Quando falamos em relacionamentos e EIDs é importante considerar a química esquemática envolvida, pois é nas relações amorosas que os padrões de comportamentos guiados pelos esquemas ficam mais visíveis, ou seja, muitas vezes há padrões disfuncionais de comportamento nas relações por causa do esquemas ativados na química esquemática.

A química esquemática pode atuar levando indivíduos com esquema de auto sacrifício a se relacionar com pessoas que possuam esquema de autocontrole/autodisciplina insuficiente. Nada mais interessante nessa dinâmica do que um indivíduo que busca seus desejos serem atendidos e outro que assume a responsabilidade pelos cuidados e necessidades alheias em detrimento de suas próprias. Reproduzindo mais uma vez o padrão familiar já conhecido por ambos: de um lado um ambiente indulgente com pouca ou nenhuma frustração, e do outro o abdicação de necessidades em prol do outro. Esta díade se mantém até que o indivíduo com esquema de auto sacrifício entenda que suas necessidades são importantes (Paim, 2019).

Outro “par” bastante comum é o de privação emocional e inibição emocional. Nesta díade, o indivíduo com esquema de privação acaba por manter o padrão emocional já conhecido na infância, com sensações de distanciamento afetivo e de não obter o atendimento de suas necessidades. Para o indivíduo com esquema de inibição, esta relação reforça o sentimento de que não precisa expressar emoções e nem preocupar-se com as necessidades do outro.

O esquema de inibição emocional, presente no quinto domínio, também apresentou correlação inversa com o fator intimidade, corroborando a terceira hipótese do estudo, de que indivíduos com maior ativação de esquemas do Quinto Domínio (Supervigilância e Inibição) poderiam ter menos intimidade e possivelmente menos paixão em seus relacionamentos embora o fator paixão não demonstrou correlações significativas. A dificuldade de expressão emocional e rigidez comum em esquemas deste domínio poderiam ser uma das explicações para este resultado uma vez que essas características acabam impedindo ou atrapalhando a conexão e conseqüentemente intimidade nas relações.

As pessoas com esquemas nesse domínio suprimem seus sentimentos em prol de regras internalizadas, à custa de sua espontaneidade, felicidade e relacionamentos íntimos. No esquema de inibição emocional, essas pessoas costumam suprimir emoções ou expressões espontâneas a fim de evitar desaprovação alheia ou sensação de perda de controle dos próprios impulsos. Em geral, costumam ser mais racionais, desconsiderando as emoções como importantes e possuem dificuldades de expressar necessidades e de comunicar sentimentos. Pessoas com este esquema apresentam-se como contidas, retraídas ou frias. As origens deste esquema em geral estão associadas à uma família mais rígida e repressora, na qual o autocontrole predominou sobre a espontaneidade e o lazer. Possivelmente foram orientados a estarem supervigilantes a eventos negativos da vida. Também pode estar associado a famílias que não expressam sentimentos ou pais mais fechados e pouco espontâneos. As estratégias de enfrentamento do esquema vão desde tentar ser excessivamente positivo e chamar atenção como na hipercompensação, evitar situações em que as pessoas expressam sentimentos, até agir de forma fria sem expressar sentimentos ou emoções (resignação).

Embora a amostra não possa ser extrapolada, poderíamos inferir que o item intimidade é o que mais sofre influência dos esquemas.

### **Considerações Finais**

Nesta investigação, verificou-se que existe correlação entre a dimensão intimidade e esquemas do primeiro, quarto e quinto domínio. Também se observou que o grupo de pessoas que pontuaram mais baixo nas três dimensões do amor (paixão, intimidade e decisão/compromisso), pontuaram mais alto para os esquemas de privação emocional, auto sacrifício e inibição emocional. Constatou-se também que não existem diferenças significativas entre casais que moram juntos ou não.

O contexto da pandemia pareceu não influenciar negativamente os indivíduos desta amostra, embora a maioria percebeu seus relacionamentos como mais fortalecidos. A comunicação apareceu como fator de relevância para que os relacionamentos se mantenham ao longo do tempo mesmo em momentos difíceis.

Dentre as limitações deste estudo encontra-se o fato de que a amostra foi composta tanto por dois membros de um mesmo casal quanto por um só membro, o que não permitiu que fosse realizada avaliação de percepções entre os casais. O tamanho da amostra, a amostragem por conveniência e a ampla variação da idade e tempo de relacionamento dos casais também se apresentam como limitações.

Assim, para investigações futuras, é necessário continuar a estudar o impacto do isolamento social e da pandemia nos relacionamentos, além de outros fatores que podem interferir positiva e negativamente nas relações, pois é uma área que ainda carece de estudos, principalmente para os contextos de isolamento social e na temática dos relacionamentos amorosos.

Espera-se que este estudo possa contribuir sobre a temática da conjugalidade, e que incentive investigações futuras, pois a temática é complexa e subjetiva, com importante influência na vida das pessoas.

## Referências

Ainsworth, M. D. (1985). Attachments across the lifespan. *Bulletin of the New York Academy of Medicine*, 61(9), 792-812.

Behary, W. T. (2011). *Ele se acha o centro do universo: sobreviva a um narcisista despertando nele o interesse por você, sua vida e seus sentimentos*. Rio de Janeiro: Best Seller.

Bissonnette, V. L., Rusbult, C. E., & Kilpatrick, S. D. (1997). Empathic accuracy and marital conflict resolution. Em W. Ickes (Org.), *Empathic accuracy* (pp.251-281). New York: Gilford.

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

Bowlby, J. (1940) The influence of early environment in the development of neurosis and neurotic character. *International Journal of Psycho-Analysis*, 21, 1-25.

Bretherton, I., & Munholland, K. (1999) Internal working models in attachment relationships: A construct revisited. In: Cassidy, J. & Shaver, P. (Orgs.). *Handbook of attachment: Theory, research and clinical applications*. London: The Guildford Press, 89-114.

Caballo, V. E. (1987). *Teoría, evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. Valencia: Promolibro.

Cassepp-Borges, V. & Teodoro, M. L. M. (2007). Propriedades psicométricas da versão brasileira da Escala Triangular do Amor de Sternberg. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 20, 513-522.

Colégio Notarial do Brasil. *Claudia: os Reflexos da Pandemia nos Divórcios e Inventários Eletrônicos*. São Paulo, 2020. Disponível em: <https://www.cnbsp.org.br/noticias/20937/claudia-os-reflexos-da-pandemia-nos-divorcios-e-inventarios-eletronicos?filtro=1> Acesso em: março de 2021.

Collins, J., & Collins, M. (1992). *Social skills training and the professional helper*. New York: Willey.

Crespo, C., Narciso, I., Ribeiro, M., & Costa, M. (2006). Desenvolvimento da Escala de Dimensões da intimidade: primeiro estudo empirico. *Psychologica*, 41, pp. 45-63.

Dalbem, J. X., Dell'aglio, D. D. (2005). Teoria do apego: bases conceituais e desenvolvimento dos modelos internos de funcionamento. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 57(1), 12-24.

Davis, M. H., & Oathout, H. A. (1987). Maintenance of satisfaction in romantic relationships: Empathy and relational competence.

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). Santo André: SET.

Fórum Brasileiro de Segurança Pública. Nota técnica: Violência doméstica durante a pandemia de Covid-19. São Paulo, 2020.

Goleman, D. (1995). *Inteligência emocional: a teoria revolucionária que redefine o que é ser inteligente*. Rio de Janeiro: Objetiva.

Gottman, J. M. (1998). Psychology and the Study of Marital Processes. *Annual Review of Psychology*, 49, 169-197.

Gouveia, V. V., Fonseca, P. N., Cavalcanti, J. P. N., Diniz, P. K. C., & Doria, L. C. (2009). Versão abreviada da Escala Triangular do Amor: Evidências de validade fatorial e consistência interna. *Estudos de Psicologia (Natal)*, 14, 31-39.

Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511-524.

Hernandez, J. A. E. (1999). Validação da Estrutura da Escala Triangular do Amor: Análise Fatorial Confirmatória. *Aletheia*, 9, 15-26.

Hernandez, J. A. E. & Oliveira, I. M. B. (2003). Os componentes do amor e a satisfação. *Psicologia Ciência e Profissão*, 21(3), 58-69.

Jablonski, B. (2011). O país do casamento segundo seus futuros habitantes: pesquisando atitudes e expectativas de jovens solteiros. *Casal e família: conjugalidade, parentalidade e psicoterapia*. São Paulo, Casa do Psicólogo, 27-42.

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

Karwowski-Marques, A. P. M. (2008). Percepções sobre o amor, a qualidade e a satisfação com o relacionamento em casais. Dissertação de mestrado não publicada, Universidade do Vale do Rio dos Sinos, São Leopoldo, RS, Brasil.

Long, E. C. J., & Andrews, D. W. (1990). Perspective taking as a predictor of marital adjustment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 126-131.

Lopes, B. S. N. (2012). Um olhar sobre as relações amorosas: Satisfação conjugal, Intimidade e Satisfação sexual. Dissertação de mestrado, Instituto Universitário Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida, Lisboa, Portugal.

Markman, H., Renick, M., Floyd, F., Stanley, S., & Clements, M. (1993). Preventing marital distress through communication and conflict management training: A 4-and-5-year follow up. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 70-77.

Markman, H. J., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., Ragan, E. P., & Whitton, S. W. (2010). The premarital communication roots of marital distress and divorce: The first five years of marriage. *Journal of Family Psychology*, 24(3), 289-298. doi: 10.1037/a0019481

Mendes, M. A. & Maia, A. M. L. (2019). Teoria do apego e esquemas conjugais. In: Paim, K. & Cardoso, B. L. A. (org). *Terapia do Esquema Para Casais: Base Teórica e Intervenção*. (1ed. P 15-28). Porto Alegre: Artmed.

McGinn, L. K. & Young, J. E. (2012). Terapia focada no esquema. In P. M. Salkovskis (Ed.), *Fronteiras da terapia cognitiva* (2. ed., pp. 179-200). São Paulo: Casa do Psicólogo.

Ministério da Saúde. *Saúde Mental e Atenção Psicossocial na Pandemia COVID-19. Cartilhas*. Brasília: Fio Cruz, 2020

Mônimo, B. G., & Teodoro, M. L. M. (2011). A teoria triangular do amor de Sternberg e o modelo dos cinco grandes fatores. *Psico-USF*, 16(1), 97-105.

Mosmann, C.P., Lomando, E.M., Wagner, A. (2010). Coesão e Adaptabilidade Conjugal em Homens e Mulheres Hétero e Homossexuais. *Barbaroi*, 33:135-152. 13.

Narciso, I., & Costa, M. (1996). Amores Satisfeitos, mas não Perfeitos. *Cadernos de Consulta Psicológica*, 12, pp. 115-130.

Paim, K., Madalena, M., & Falcke, D. (2012). Esquemas iniciais desadaptativos na violência conjugal. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 8(1), 31-39.

Paim, K. (2015). Terapia do Esquema para Casais. In: Wainer, R., Paim, K., Erdos, R., Andriola R. (org). *Terapia Cognitiva Focada em Esquemas*. (1ed. p. 205-220). Porto Alegre: Artmed.

Paim, K. (2019). A química esquemática e as escolhas amorosas. In: Paim, K. & Cardoso, B. L. A. (org). *Terapia do Esquema Para Casais: Base Teórica e Intervenção*. (1ed. P 31-44). Porto Alegre: Artmed.

Paim, K. & Cardoso, B. L. A. (2019). *Terapia do Esquema Para Casais: Base Teórica e Intervenção*. (1ed., pp. 3-43). Porto Alegre: Artmed.

Rizzon, A. L. C., Mosmann, C. P., Wagner, A. (2013). A qualidade conjugal e os elementos do amor: um estudo correlacional. *Contextos Clínicos*, 6(1), 41-49.

Rodrigues, S. M. S. (2013). *Comunicação em casais satisfeitos: que significações e processo? Um Estudo Qualitativo Exploratório*. Dissertação de mestrado, Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal.

Simeone-DiFrancesco, C., Roediger, E., & Stevens, B. A (2015). *Schema Therapy with Couples: a practioner's guide to healing relationships*. West Sussex: John Willey & Sons.

Sternberg, R.J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review*, 93:119-135.

Sternberg, R. J. (1989). *El triangulo del amor: intimidad, pasión y compromiso*. Barcelona: Paidós.

Sternberg, R. J. (1997). Construct validation of a triangular love scale. *European Journal of Psychology*, 27, 313-335.

Sternberg, R. J. (1998). *Love is a story: A new theory of relationships*. New York: Oxford.

Sternberg, R. J. (2013). Searching for love. *The Psychologist*, 26(2), 98-101.

Stevens, B., & Roediger, E. (2017). Breaking negative relationship patterns: A schema therapy self-help and support book. Washington: John Wiley & Sons.

Vargas, L., & Pureza, J. R. (2019). Esquemas iniciais desadaptativos e ajustamento diádico na conjugalidade. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 15(1), 75-83.

Villa, M. B. (2002). Habilidades sociais com conjugais em casais de diferentes filiações religiosas. Dissertação de Mestrado, Universidade de São Paulo, São Paulo.

Wainer, R. (2015). O desenvolvimento da personalidade e suas tarefas evolutivas. In: Wainer, R., Paim, K., Erdos, R., Andriola R. (org). *Terapia Cognitiva Focada em Esquemas*. (1ed. p. 20-30). Porto Alegre: Artmed.

Wainer, R & Rijo, D. (2015). O modelo teórico: esquemas iniciais desadaptativos, estilos de enfrentamento e modos esquemáticos. In: Wainer, R., Paim, K., Erdos, R., Andriola R. (org). *Terapia Cognitiva Focada em Esquemas*. (1ed. p. 54-70). Porto Alegre: Artmed.

Wainer, R., Paim, K., Erdos, R., Andriola, R. (2016). *Terapia Cognitiva Focada em Esquemas*. (1. ed.) Porto Alegre: Artmed, 233p.

Wagner, A., Mosmann, C.P. (2008). Investigando a Qualidade Conjugal: Questões Contemporâneas. In: I.C. Gomes (org.), *Série de Psicologia: Família, Diagnóstico e Abordagens Terapêuticas*. Rio de Janeiro, Guanabara Koogan, p. 60-66.

Wagner, A., Mosmann, C.P. (2010). Educar para a conjugalidade: que a vida não nos separe. In: L.C. Osório, M.E.P. do Valle (org.), *Manual de Terapia Familiar*. Porto Alegre, Artmed, p. 261-270.

Young, J. E. (2003). *Terapia cognitiva para transtornos da personalidade: uma abordagem focada em esquemas*. Porto Alegre: Artmed.

Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2003). *Schema therapy: A practitioner's guide*. New York: Guilford Press.

Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2008). *Terapia do esquema: Guia de técnicas cognitivo-comportamentais inovadoras*. Porto Alegre: Artmed.