

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL
INSTITUTO DE PSICOLOGIA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

“VIVER A DOIS: COMPARTILHANDO ESSE DESAFIO”:
AVALIAÇÃO DE UM PROGRAMA PSICOEDUCATIVO PARA CASAIS

Tese de Doutorado

Angélica Paula Neumann

Porto Alegre, outubro de 2017

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL
INSTITUTO DE PSICOLOGIA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

“VIVER A DOIS: COMPARTILHANDO ESSE DESAFIO”:
AVALIAÇÃO DE UM PROGRAMA PSICOEDUCATIVO PARA CASAIS

Tese de Doutorado apresentada como exigência parcial para obtenção do grau de
Doutora em Psicologia, sob orientação da
Prof. Dra. Adriana Wagner e coorientação do Prof. Dr. Eduardo Remor

Angélica Paula Neumann

Porto Alegre, outubro de 2017

AGRADECIMENTOS

Durante minha trajetória acadêmica, muitas vezes escutei a frase “escrever uma tese é um trabalho solitário”. Envolve muitas tarefas, desafios e reflexões que não cabem a ninguém mais que ao doutorando, mesmo que acompanhado de seu orientador e seu grupo de pesquisa. De fato, desenvolver uma tese é um trabalho que se faz sozinho, por muitas e muitas horas. Apesar disso, nunca senti este como um trabalho solitário.

Devo isso a muitas pessoas, a quem tenho uma gratidão imensa. Primeiramente, a minha orientadora, Dra. Adriana Wagner, a quem sou grata por uma imensidão de aspectos, que vão muito além desta tese. Em primeiro lugar, agradeço por ter confiado a mim o trabalho de avaliação do programa Viver a dois: Compartilhando este desafio. Nesse sentido, estendo esse agradecimento a todas as coautoras do programa: Clarisse, Denise, Patrícia, Mariana, Daniela, Eliana, Luciana e Dorian. Sinto-me feliz e honrada por ter podido trabalhar com um produto tão precioso e cheio de potencial!

À Adriana, agradeço também pela imensa generosidade em compartilhar conhecimentos, reflexões e vivências. Agradeço pelas portas que me abriste e por aquelas que me ajudaste a abrir durante essa trajetória. Aprendi muito de mim, contigo, e a profissional que estou construindo em mim se inspira muito em ti. Os laços criados enquanto ainda era mestranda se solidificaram durante o doutorado, e a relação afetiva construída nesses anos, levo comigo para a vida.

Ao Prof. Dr. Eduardo Remor, que coorientou este trabalho com muita atenção e disponibilidade. Agradeço pelas brilhantes contribuições, pela paciência com tudo aquilo que eu não sabia e aprendi nessa reta final, pela rapidez nas revisões e pelo olhar criterioso em todo o trabalho.

Agradeço ao meu grupo de pesquisa, que sempre foi um espaço de trocas, companheirismo, risos, crescimento e ajuda. Todos que passaram por aqui nesses quatro anos tem um espaço especial no meu coração! Em especial, agradeço ao apoio das bolsistas de Iniciação científica e de Apoio técnico que trabalharam diretamente comigo nessa tese. Cada uma participou em um momento diferente deste processo, e sei que todas vocês deram sempre o seu melhor. Muito obrigada Gissiane, Gabriela, Ana Paula, Andressa, Raissa, Mariana, Carolina e Caroline!

Agradeço à CAPES pela bolsa concedida durante três anos do desenvolvimento deste doutorado. Minha gratidão também aos professores do Programa de Pós-Graduação em Psicologia da UFRGS por me ensinarem a conjugar, de maneira humana e ética, Psicologia e

Ciência. À Professora Dra. Débora Dalbosco Dell’Aglío, sou grata pelo cuidadoso e ágil trabalho de relatoria desta tese. Às professoras que compuseram a Banca de Qualificação e agora de Defesa desse trabalho, Dra. Débora Dalbosco Dell’Aglío, Dra. Olga Falceto e Dra. Raquel Amaya: muito obrigada pelas valiosas contribuições e por terem tornado esses momentos ainda mais especiais!

Às profissionais que abraçaram esta pesquisa e aceitaram coordenar os grupos do Viver a dois, tarefa realizada com tanto afinco e carinho: obrigada, de todo o coração, por terem levado tão a sério esse trabalho! Sem vocês, esse trabalho não teria sido possível, e posso dizer com toda a certeza que os resultados dessa tese também são o resultado do trabalho de vocês.

Às “estrelas” deste trabalho, e objetivo último dele: muito obrigada a todos os casais que participaram do programa Viver a dois: Compartilhando este desafio. Obrigada por terem confiado em nossa proposta, obrigada pela coragem de integrar um trabalho ainda inédito, e obrigada por colaborar conosco durante sete meses, contando um pouco da vida de vocês por meio dos tantos questionários e avaliações.

Falando de vida amorosa, dedico um agradecimento especial ao meu marido, Germano. A vida contigo me inspira e me faz acreditar no amor e nas relações. Obrigada por compreender as tantas horas que dediquei ao doutorado, por compartilhar da vida em família, por cuidar de tantas coisas quando eu não conseguia e por me impulsionar a sempre correr atrás dos meus sonhos!

Aos meus pais, Ruben e Liane, obrigada por terem me ensinado a batalhar por aquilo que quero e acredito. Por serem exemplo de determinação, correção e humildade. Agradeço pelas asas e pelas raízes. Sou eternamente grata pelo investimento afetivo que fizeram em mim durante toda a minha vida. Aos meus irmãos, João Henrique e Rubiane, agradeço por compartilharem a vida, pelo incentivo para chegar até aqui e por tanto me ensinarem a respeito do que é ser família. À Rubiane, especialmente, pela acolhida em sua casa durante as viagens para Porto Alegre nesses quatro anos.

À minha sogra, Jacqueline, agradeço pelos momentos de compartilhamento, desabafo e reflexão sobre a vida e sobre a trajetória acadêmica, pela escuta nos momentos difíceis e pelo apoio constante. Ao Ronaldo e à Marianna, por estarem sempre por perto. Aos tantos familiares e amigos que não foram nominados, mas sempre me apoiaram, incentivaram e torceram por mim, meu sincero muito obrigada!

EPÍGRAFE

*“E quando lhe faltar a paciência
Invente um novo passo
Mas não deixe desatar o laço
Vire o disco, mude a letra
E nunca perca a esperança
E nunca deixe de dançar a dança”*

(A dança. Compositores: Fred Sommer / Renato Alves)

SUMÁRIO

| | |
|---|-----------|
| Apresentação..... | 13 |
| | |
| Capítulo I | |
| Viver a dois: É possível educar para a conjugalidade?..... | 18 |
| O que é a educação conjugal?..... | 20 |
| Qual a origem da educação conjugal?..... | 21 |
| Qual a diferença entre educação conjugal e terapia de casal?..... | 22 |
| Para que casais esses programas são indicados?..... | 23 |
| Os programas de educação conjugal realmente funcionam?..... | 24 |
| Um programa de educação conjugal brasileiro: Viver a Dois: Compartilhando esse Desafio..... | 25 |
| Reflexões..... | 26 |
| Referências..... | 27 |
| | |
| Capítulo II | |
| Programa de educação conjugal Viver a dois: Características dos participantes e indicativos de adesão..... | 31 |
| Resumo..... | 31 |
| Abstract..... | 31 |
| Introdução..... | 32 |
| Método..... | 34 |
| Participantes..... | 34 |
| Instrumentos..... | 34 |
| Procedimentos..... | 36 |
| Coleta de dados..... | 36 |
| Análise de dados..... | 36 |
| Considerações éticas..... | 37 |
| Resultados..... | 37 |
| Caracterização dos participantes que buscaram o programa Viver a dois..... | 37 |
| Comparação entre os participantes que aderiram ao programa com os participantes que abandonaram após o início..... | 41 |
| Discussão..... | 45 |

| | |
|---|-----------|
| Referências..... | 49 |
| | |
| Capítulo III | |
| Programa psicoeducativo para casais: avaliação dos resultados relativos a qualidade e o conflito conjugal..... | 54 |
| Resumo..... | 54 |
| Abstract..... | 54 |
| Introdução..... | 55 |
| Conflito conjugal e educação conjugal..... | 55 |
| Qualidade conjugal e educação conjugal..... | 56 |
| O programa Viver a dois: Compartilhando este desafio..... | 58 |
| O presente estudo..... | 58 |
| Método..... | 59 |
| Participantes..... | 59 |
| Procedimentos..... | 61 |
| Instrumentos..... | 62 |
| Análise de dados..... | 64 |
| Considerações éticas..... | 65 |
| Resultados..... | 65 |
| Fidelidade ao manual na execução das oficinas..... | 65 |
| Avaliação de resultados do Programa “Viver a dois: Compartilhando este desafio”.. | 67 |
| Etapa 1. Comparação entre o pré-teste e o pós-teste..... | 67 |
| Etapa 2. Manutenção dos resultados do programa cinco meses após o término da intervenção..... | 68 |
| Etapa 3. Resultados do programa considerando a qualidade conjugal dos participantes no pré-teste..... | 69 |
| Etapa 4. Comparação entre os participantes que concluíram o programa com um grupo de comparação não equivalente..... | 71 |
| Discussão..... | 72 |
| Referências..... | 77 |

Capítulo IV

Reverberações de um programa de educação conjugal: A percepção dos moderadores..... 83

| | |
|---|----|
| Resumo..... | 83 |
| Abstract..... | 83 |
| Introdução..... | 84 |
| Método..... | 86 |
| Participantes..... | 86 |
| Instrumentos..... | 88 |
| Procedimentos..... | 88 |
| Coleta de dados..... | 88 |
| Análise de dados..... | 89 |
| Considerações éticas..... | 90 |
| Resultados..... | 90 |
| Reações dos casais ao programa e às atividades..... | 90 |
| Relacionamento entre os casais..... | 92 |
| Reverberações nos relacionamentos..... | 93 |
| Discussão..... | 95 |
| Referências..... | 98 |

Capítulo V

Perspectivas e desafios da coordenação de um programa de educação conjugal.... 102

| | |
|-------------------------------------|-----|
| Resumo..... | 102 |
| Abstract..... | 102 |
| Introdução..... | 102 |
| Método..... | 104 |
| Participantes..... | 104 |
| Instrumentos..... | 105 |
| Instrumento de intervenção..... | 105 |
| Instrumento de coleta de dados..... | 105 |
| Procedimentos..... | 106 |
| Contextualização..... | 106 |
| Coleta de dados..... | 106 |
| Análise de dados..... | 106 |

| | |
|--|-----|
| Considerações éticas..... | 107 |
| Resultados..... | 107 |
| Desafios relacionais..... | 107 |
| Desafios no cumprimento dos papéis..... | 108 |
| Papel de moderador..... | 108 |
| Papel de auxiliar..... | 109 |
| Papel de observador..... | 110 |
| Desafios relacionados às reações dos casais..... | 111 |
| Possibilidades do programa..... | 113 |
| Discussão..... | 114 |
| Referências..... | 117 |

Capítulo VI

| | |
|---|------------|
| Derivações da experiência adquirida neste estudo: alterações realizadas na edição brasileira e na edição espanhola do programa viver a dois..... | 121 |
|---|------------|

| | |
|----------------------------------|------------|
| Considerações finais..... | 125 |
|----------------------------------|------------|

| | |
|-------------------------|------------|
| Referências..... | 129 |
|-------------------------|------------|

| | |
|--------------------|------------|
| Anexos..... | 130 |
|--------------------|------------|

| | |
|---|-----|
| Anexo A – Descrição das oficinas do programa “Viver a dois: Compartilhando esse desafio”..... | 131 |
| Anexo B – Questionário casal – Pré-teste..... | 135 |
| Anexo C – Questionário Casal – Pós-teste..... | 141 |
| Anexo D – Questionário casal – <i>Follow up</i> | 147 |
| Anexo E – Roteiro de entrevista semiestruturada..... | 153 |
| Anexo F – Ficha de Identificação dos Moderadores/Auxiliares/Observadores..... | 154 |
| Anexo G – Ficha de Avaliação Oficina 1..... | 155 |
| Anexo H – Ficha de Avaliação Oficina 2..... | 160 |
| Anexo I – Ficha de Avaliação Oficina 3..... | 165 |
| Anexo J – Ficha de Avaliação Oficina 4..... | 171 |
| Anexo K – Ficha de Avaliação Oficina 5..... | 176 |
| Anexo L – Ficha de Avaliação Oficina 6..... | 181 |

| | |
|---|-----|
| Anexo M – Avaliação Oficina 1 (Casais)..... | 186 |
| Anexo N – Avaliação Oficina 2 (Casais)..... | 188 |
| Anexo O – Avaliação Oficina 3 (Casais)..... | 189 |
| Anexo P – Avaliação Oficina 4 (Casais)..... | 191 |
| Anexo Q – Avaliação Oficina 5 (Casais)..... | 193 |
| Anexo R – Avaliação Oficina 6 (Casais)..... | 194 |
| Anexo S – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (Casais).. | 195 |
| Anexo T – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (Moderadores)..... | 196 |
| Anexo U – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (Observadores)..... | 197 |
| Anexo V – Carta de aprovação do Comitê de Ética..... | 198 |
| Anexo X – Adendo ao Manual brasileiro do Programa Viver a dois..... | 202 |
| Anexo Z – Documento suplementar 1..... | 204 |

LISTA DE TABELAS E FIGURAS

Capítulo II

| | |
|--|----|
| Tabela 1. Variáveis sociodemográficas dos participantes..... | 39 |
| Tabela 3. Características relacionais dos participantes..... | 40 |
| Tabela 3. Características motivacionais dos participantes | 41 |
| Tabela 4. Resultados do teste Mann-Whitney e do teste de Associação Qui-quadrado.... | 43 |
| Figura 1. Fluxograma desde a busca pelo programa até o término das oficinas..... | 42 |

Capítulo III

| | |
|--|----|
| Tabela 1. Informações sociodemográficas dos participantes..... | 61 |
| Tabela 2. Médias e desvio-padrão do índice de fidelidade ao manual na execução das oficinas..... | 67 |
| Tabela 3. Comparação entre os participantes no pré-teste e no pós-teste..... | 68 |
| Tabela 4. Comparação entre os participantes no pré-teste, pós-teste e follow up..... | 69 |
| Tabela 5. Tamanhos de efeito e nível de significância para as comparações entre os três tempos..... | 70 |
| Tabela 6. Comparação entre os participantes com alta e baixa qualidade conjugal no pré-teste, pós-teste e follow up..... | 70 |
| Tabela 7. Comparação entre os participantes do grupo intervenção e do grupo controle | 72 |
| Figura 1. Fluxograma da composição amostral..... | 60 |

Anexos

| | |
|--|-----|
| Anexo Z. Comparação entre homens e mulheres nos três tempos..... | 204 |
|--|-----|

RESUMO

Neumann, A. P. (2017). *“Viver a dois: Compartilhando esse desafio”*: Avaliação de um programa psicoeducativo para casais. Tese de Doutorado. Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

Esta tese teve como objetivo avaliar o programa psicoeducativo para casais “Viver a dois: Compartilhando este desafio”. Realizou-se um estudo quase-experimental, com avaliação pré-teste, pós-teste e de *follow up*, e comparação com um grupo não equivalente. Participaram 65 casais, totalizando 130 indivíduos distribuídos em dez grupos do programa Viver a dois. A fim de obter informações complementares sobre o funcionamento do programa, também foram realizadas entrevistas exploratórias com os profissionais que o aplicaram. Os resultados estão apresentados em seis capítulos. Encontrou-se que casais de diferentes níveis socioeconômicos e de diferentes níveis de qualidade conjugal procuraram o programa. Entretanto, os casais que discutiam com mais frequência por temas de alta densidade emocional apresentaram maiores índices de desistências. Os participantes que concluíram o programa apresentaram melhores indicadores de qualidade conjugal, frequência, intensidade e estratégias de resolução de conflito imediatamente após o término. Esses resultados se mantiveram após cinco meses com tamanhos de efeito intermediários e altos, exceto para qualidade conjugal e para a estratégia de submissão. Os dados dos participantes que concluíram o programa foram melhores do que os índices do grupo de comparação, com exceção da estratégia de submissão. Os estudos qualitativos corroboram estes dados ao evidenciar a percepção dos profissionais moderadores de que o programa contribuiu para aumentar a proximidade entre os casais e melhorar as suas estratégias de resolução de conflitos. Além disso, esses estudos exploraram os desafios na condução dos programas para os profissionais moderadores, tais como o estabelecimento da aliança terapêutica, o manejo de ocorrências imprevistas durante as oficinas e o cumprimento das atividades conforme previsto pelo manual do programa. Conclui-se que o programa Viver a dois é uma ferramenta que favorece novas possibilidades de trabalho com casais, com potencial para produzir mudanças na vida conjugal, especialmente no que diz respeito à melhora na resolução dos conflitos.

ABSTRACT

Neumann, A. P. (2016). *“Living as partners: Turning challenges into opportunities”*: Evaluation of a couple relationship education program. Doctoral Thesis. Post-Graduation Program in Psychology at the Federal University of Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

This doctoral thesis aimed to evaluate the relationship education program “Living as partners: Turning challenges into opportunities”. A quasi-experimental study was performed, with pre-, post- and follow-up evaluation. Data was also compared to a non-equivalent comparison group. The sample consisted of 65 couples, resulting in 130 individuals distributed in ten groups of the Living as Partners program. In order to obtain further information about the program, exploratory interviews were carried out with the professionals who applied it. The results are presented in six chapters. We found that couples of different socioeconomic levels and different levels of marital quality sought the program. Couples who discussed more frequently over themes of high emotional density had higher dropout rates though. Participants who completed the program presented better indicators of marital quality, frequency, intensity and conflict resolution strategies immediately after completion. These results were maintained after five months with medium and high effect sizes, except for marital quality and for the submission strategy. Data for the participants who completed the program were better than for the comparison group, except for the submission strategy. The qualitative studies support these data. According to the moderating professionals’ views, the program contributed to increase intimacy between couples and to improve their conflict resolution strategies. These studies also explored the challenges according for the moderating professionals who conducted the program, such as the establishment of the therapeutic alliance, the management of unexpected events during workshops, and the performance of activities as provided in the program manual. It is concluded that the “Living as partners” program is a tool that favors new possibilities to work with couples. It has potential to produce changes in the couple’s life, especially in the improvement of conflict resolution.

APRESENTAÇÃO

Esta tese de doutorado se insere na linha de pesquisa “Relações Conjugais: conflito, diversidade e qualidade conjugal”, do Núcleo de Pesquisa Dinâmica das Relações Familiares (<http://www.ufrgs.br/relacoesfamiliares/>), coordenado pela orientadora da tese, Prof. Dra. Adriana Wagner. De maneira mais específica, os estudos aqui apresentados dão continuidade a um trabalho iniciado no ano de 2010, quando o projeto “Mapeamento e intervenção nas relações conjugais no RS: Questões de gênero, resolução de conflitos e violência”, coordenado pela Dra. Adriana Wagner, foi aprovado pelo Programa de Apoio a Núcleos de Excelência – PRONEX (Financiamento FAPERGS/CNPq, Edital n° 008/2009). O projeto foi desenvolvido em parceria com cinco universidades gaúchas, a saber: Universidade do Vale do Rio dos Sinos (UNISINOS), Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões – Campus Erechim e Campus Frederico Westphalen (URI), Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre (UFCSPA), Universidade Federal de Santa Maria (UFSM) e Faculdades Integradas de Taquara (FACCAT).

Na primeira etapa deste projeto, efetuou-se um mapeamento da conjugalidade no estado do Rio Grande do Sul. Foram avaliadas as variáveis qualidade conjugal, temas, intensidade e frequência dos conflitos conjugais, estratégias de resolução de conflitos e indicadores de violência em 750 casais, oriundos de 68 cidades do estado. A partir dos resultados, na segunda etapa do projeto se desenvolveu o programa psicoeducativo para casais “Viver a dois: Compartilhando esse desafio”. Trata-se de um programa de intervenção voltado ao trabalho com grupos de casais, cujo objetivo é promover a qualidade conjugal e otimizar as estratégias de resolução dos conflitos inerentes à conjugalidade. Na vigência deste projeto, foram realizadas duas intervenções piloto, uma delas na cidade de Porto Alegre, capital do estado do Rio Grande do Sul, e outra no município de Erechim, no interior do estado.

No ano de 2014, finalizado o Edital PRONEX n° 008/2009, o projeto “Estratégias de resolução de conflitos conjugais: uma proposta de intervenção psicoeducativa com casais” foi aprovado por meio do Edital Universal (MCTI/CNPq n° 14/2014), novamente sob a coordenação da Dra. Adriana Wagner. Este projeto, iniciado em janeiro de 2015, buscava atender a três objetivos: realizar a validação ecológica do programa “Viver a dois: Compartilhando esse desafio”, testar a sua eficácia e efetividade além de capacitar profissionais das áreas da saúde e assistência social para o trabalho psicoeducativo com casais.

A presente tese integra este projeto maior, e tem como objetivo avaliar os resultados do programa psicoeducativo para casais “Viver a dois: Compartilhando esse desafio”. Para tanto, contou com a coorientação do Prof. Dr. Eduardo Remor. Para a apresentação dos resultados, esta tese está organizada em seis capítulos. O primeiro, intitulado “**Viver a dois: É possível educar para a conjugalidade?**”, faz uma introdução ao tema a partir de uma revisão de literatura não sistemática sobre a temática da educação conjugal. São apresentadas informações que contextualizam a educação conjugal internacionalmente, abordando a sua definição, objetivos, origem, público-alvo e resultados. Este capítulo está publicado no livro *Viver a dois: Oportunidades e desafios da conjugalidade* (Wagner, Falcke, & Mosmann, 2015).

O segundo capítulo apresenta o artigo “**Programa de educação conjugal Viver a dois: Características dos participantes e indicativos de adesão**”, no qual se busca compreender quem são os casais que procuraram pelo programa Viver a dois, bem como o que diferencia aqueles que concluíram o programa daqueles que não o concluíram. Assim, o artigo descreve 65 casais heterossexuais que buscaram o programa Viver a dois e compara aqueles participantes que concluíram o programa com os que desistiram após o seu início. Foram investigadas variáveis sociodemográficas (idade, contexto de residência, filhos, escolaridade, trabalho, renda e religião de cada membro do casal), características relacionais (condição amorosa, tempo de relacionamento, relacionamentos anteriores, qualidade conjugal, motivos de conflito e estratégias de resolução de conflitos) e a motivação para realizar mudanças de comportamento em prol do relacionamento conjugal. A caracterização dos participantes foi realizada por meio de análises descritivas e a comparação entre os casais que concluíram o programa e desistiram foi efetuada por meio dos testes não paramétricos *U* de Mann-Whitney e teste de Associação Qui-quadrado. Por meio deste estudo, foi possível identificar que a busca pelo programa Viver a dois ocorreu por casais de diferentes níveis socioeconômicos e com níveis variados de qualidade conjugal, havendo, entretanto, predominância de busca por pessoas com níveis elevados de escolaridade. Constatou-se que os casais que abandonaram o programa foram aqueles que discutiam com mais frequência pelos temas infidelidade, falta de confiança ou mentiras e uso de bebida alcoólica, cigarro ou outras drogas, denotando a existência de conflitos com teor emocional intenso e de difícil resolução. Este estudo auxiliou a elucidar a compreensão acerca de quem buscou o programa, indicando que o programa Viver a dois possui potencial para atrair um público variado em termos de nível socioeconômico e qualidade conjugal. Entretanto, evidenciou também a necessidade de atenção com os casais que vivenciam conflitos agravados no relacionamento, os quais tendem a demandar atendimento individualizado.

A etapa subsequente deste estudo foi investigar se o programa Viver a dois produz mudanças na conjugalidade dos casais participantes. Assim, o capítulo três apresenta o artigo **“Programa psicoeducativo para casais: avaliação dos resultados relativos a qualidade e o conflito conjugal”**. Por meio de quatro etapas, este estudo avalia a capacidade deste programa em produzir melhoras na qualidade conjugal e em três dimensões do conflito conjugal: frequência, intensidade e estratégias de resolução. Na primeira etapa da análise, buscou-se verificar se ocorreram mudanças nas variáveis investigadas imediatamente após o término do programa. Para tanto, os escores do pré-teste e do pós-teste fornecidos por 82 participantes foram comparados. Na segunda etapa, buscou-se investigar se as mudanças identificadas entre o pré-teste e o pós-teste imediato se mantiveram após cinco meses. Desta forma, foram realizadas comparações entre o pré-teste, o pós-teste e o *follow up* fornecidos por 68 participantes que concluíram as avaliações nos três tempos. Na terceira etapa, buscou-se verificar se havia diferenças nos resultados do programa Viver a dois de acordo com o nível de qualidade conjugal dos participantes prévio à participação no mesmo. Por fim, na quarta etapa, os escores dos participantes que finalizaram o programa e responderam ao pós-teste (grupo intervenção; $n = 82$) foram comparados com os escores de um grupo de indivíduos que se inscreveu para participar do programa, mas não o concluiu (grupo de comparação; $n = 48$). Os resultados demonstram que o programa produziu resultados imediatos em todos os indicadores, os quais se mantiveram após cinco meses, exceto qualidade conjugal e a estratégia de submissão na resolução de conflitos. A qualidade conjugal prévia ao início do programa influenciou nos ganhos em qualidade conjugal após o programa, mas não nos indicadores de conflito conjugal. Os casais que iniciaram o programa com menores índices de qualidade conjugal apresentaram mudanças mais expressivas na qualidade após o programa, em comparação com os casais que já iniciaram o programa com níveis elevados de qualidade. Os dados dos participantes que concluíram o programa foram melhores do que os índices do grupo de comparação, com exceção da estratégia de resolução de conflitos submissão. Os tamanhos de efeito nas quatro etapas oscilaram entre níveis baixos, médios e altos. Esses resultados fornecem indicativos de que o programa Viver a dois é capaz de produzir mudanças positivas na conjugalidade dos casais participantes, especialmente no que tange aos conflitos conjugais.

Na sequência, o quarto capítulo apresenta o artigo **“Reverberações de um programa de educação conjugal: A percepção dos moderadores”**. Este é um estudo qualitativo e exploratório, que contribui para a triangulação dos dados encontrados no capítulo anterior. De maneira específica, este artigo busca conhecer a percepção dos profissionais que coordenaram o programa Viver a dois acerca da sua reverberação nos casais participantes. Foram realizadas

entrevistas em grupo com dez equipes de profissionais que conduziram as oficinas do programa, totalizando 28 participantes. Os dados foram analisados por meio de Análise Temática, resultando no delineamento de três temas. O primeiro, Reações dos casais ao programa e às atividades, diz respeito ao relato da equipe coordenadora sobre as reações dos casais ao programa e às atividades. O segundo, intitulado Relacionamento entre os casais, aborda a perspectiva da equipe coordenadora sobre a forma como os casais se relacionaram em cada grupo. Por fim, o terceiro tema, Reverberações nos relacionamentos, apresenta as percepções da equipe sobre as reverberações do programa na conjugalidade dos participantes. Pode-se perceber que os casais que acederam ao programa apresentam tanto reações de receptividade à proposta, quanto de relutância a algumas atividades. Evidencia-se neste estudo a importância da relação estabelecida entre os casais do grupo, a qual produz reflexão e aprendizado, e se observa que, na percepção dos moderadores, o programa contribuiu para aumentar a proximidade entre os casais e melhorar as suas estratégias de resolução de conflitos.

Para complementar a avaliação dos diferentes aspectos do programa Viver a dois, no capítulo 5, buscou-se ampliar as informações acerca dos profissionais que coordenaram os dez grupos do programa realizados nesta pesquisa. Assim, o artigo “**Perspectivas e desafios da coordenação de um programa de educação conjugal**” apresenta, também a partir de um delineamento qualitativo e exploratório, as perspectivas e os desafios em coordenar o programa psicoeducativo para casais Viver a dois: Compartilhando este desafio segundo o relato dos profissionais que coordenaram as oficinas. Os dados desse estudo derivaram das entrevistas em grupo realizadas com as dez equipes de profissionais que conduziram o programa. Os dados foram analisados por meio de Análise Temática. Como resultado, foram delineados quatro temas. O primeiro deles, Desafios relacionais, diz respeito às percepções das equipes acerca do relacionamento com os casais. O segundo tema, Desafios no cumprimento dos papéis, aborda os sentimentos das profissionais em relação ao desempenho dos papéis de moderadoras, auxiliares e observadoras. Já o tema Desafios relacionados às reações dos casais reúne reflexões acerca de situações consideradas obstaculizadoras do desenvolvimento do programa. Por fim, o tema Possibilidades do programa caracteriza as potencialidades e perspectivas deste para o trabalho com casais. De maneira geral, os temas identificados denotam que os desafios na condução deste programa envolvem o estabelecimento da aliança terapêutica, o manejo de ocorrências imprevistas durante as oficinas e a manutenção de um equilíbrio entre o cumprimento das atividades conforme previsto pelo manual do programa e o estilo próprio de cada moderador. No que diz respeito às perspectivas, o programa foi avaliado como uma ferramenta que favorece novas possibilidades de trabalho com casais, em um formato lúdico e

participativo, sendo que a possibilidade de oferecer intervenções com o foco na prevenção e promoção da saúde conjugal amplia o repertório de ações disponíveis aos profissionais que atuam nos mais diferentes contextos de trabalho.

Por fim, o sexto e último capítulo apresenta resultados de ordem prática para a condução do programa Viver a dois. Intitulado “**Derivações da experiência adquirida neste estudo: Alterações realizadas na edição Brasileira e na edição Espanhola do programa Viver a dois**”, este capítulo reúne alterações realizadas nas atividades do programa Viver a dois a partir das experiências obtidas no presente estudo. Durante o desenvolvimento desta pesquisa, utilizou-se uma diversidade de estratégias metodológicas que nos permitiram acompanhar de maneira mais próxima a experiência de participação no programa para os moderadores e para os casais. O conjunto destas avaliações nos forneceu uma riqueza de informações adicionais que vão além do escopo desta tese, mas que nos permitiu identificar como cada uma das oficinas estava sendo vivenciada na prática, tanto pelos casais quanto pelos moderadores. De modo geral, podemos dizer que obtivemos retornos satisfatórios acerca do programa como um todo e da maior parte das atividades previstas. Contudo, como não poderia deixar de ser, identificamos alguns aspectos que poderiam ser aprimorados. Uma vez que o programa Viver a dois: Compartilhando este desafio (Wagner et al., 2015) está publicado desde o ano de 2015 no Brasil, criou-se um adendo disponibilizado no site do programa (www.viveradois.com.br), o qual apresenta propostas alternativas para a condução de algumas das oficinas, as quais estão especificadas no decorrer do capítulo.

Ainda, logo após o lançamento do programa Viver a Dois: Compartilhando este Desafio no Brasil, em agosto de 2015, surgiu a oportunidade de publicar uma edição deste programa em língua Espanhola, por meio da Editora CCS, em Madrid. O processo de tradução das oficinas ocorreu quando a coleta de dados desta tese estava finalizando. Cientes dos aspectos que poderiam ser otimizados no programa, optamos por incorporar à edição espanhola as mesmas modificações apresentadas no adendo em língua portuguesa. Desta forma, as alterações realizadas no livro Vivir en pareja: El arte de enfrentar los conflictos (Wagner et al., 2017) podem ser consideradas, também, um produto desta tese de doutorado. As mudanças realizadas estão especificadas ao longo do capítulo 6.

Na seção de Considerações Finais, os resultados apresentados nos capítulos precedentes são discutidos conjuntamente, buscando-se estabelecer relações entre os diferentes estudos. Discute-se nesta seção a necessidade de criação de um protocolo de triagem dos casais, prévio ao início do programa, como forma de otimizar os seus resultados.

CAPÍTULO 1

Viver a dois: É possível educar para a conjugalidade?¹

Este capítulo foi removido.

¹ O texto deste Capítulo está publicado como o Capítulo 7 do livro *Viver a dois: Oportunidades e desafios da conjugalidade* (Wagner, Falcke, & Mosmann, 2015), e é de autoria de Angélica Paula Neumann, Clarisse Pereira Mosmann e Adriana Wagner.

CAPÍTULO 2

Programa de educação conjugal Viver a dois: Características dos participantes e indicativos de adesão

Resumo: Educação conjugal pode ser definida como um conjunto de estratégias destinadas a favorecer o aprimoramento das relações amorosas. Este estudo caracteriza 65 casais heterossexuais que buscaram o programa psicoeducativo “Viver a dois: Compartilhando este desafio” no que diz respeito a dados sociodemográficos, relacionais e motivacionais, além de investigar se há diferenças entre aqueles que concluíram e abandonaram o programa. A caracterização dos participantes foi realizada por meio de análises descritivas, e a comparação entre os casais que concluíram o programa e desistiram foi efetuada por meio de testes não paramétricos (*U* de Mann-Whitney e teste de Associação Qui-quadrado). Os resultados indicaram que a busca pelo programa ocorreu por casais de diferentes níveis socioeconômicos e com níveis variados de qualidade conjugal, havendo predominância de busca por pessoas com níveis elevados de escolaridade. Os casais que abandonaram o programa foram aqueles que discutiam com mais frequência pelos temas infidelidade, falta de confiança ou mentiras e uso de bebida alcoólica, cigarro ou outras drogas. O programa Viver a dois demonstra potencial para atrair um público variado em termos de nível socioeconômico e qualidade conjugal, porém, casais que vivenciam conflitos graves tendem a demandar atendimento individualizado para o casal.

Palavras-chave: Relações conjugais, Promoção de saúde, Intervenção psicossocial, Educação conjugal.

Abstract: Marital education can be defined as a set of strategies destined to support the improvement of love relationships. This study characterizes 65 heterosexual couples who signed in to the couple relationship education program "Living as partners: Turning challenges into opportunities" with regard to sociodemographic, relational and motivational data. It also investigates the differences between those who completed and those who abandoned the program. Descriptive analyses were executed to describe participants' characteristics and non-parametric tests (Mann-Whitney *U* and Chi-square Association test) were performed to compare the couples who concluded or abandoned the program. The results indicated that couples of different socioeconomic levels and with diverse levels of marital quality signed in to the program, with a predominance of people with high education levels. Couples who abandoned the program discussed more often about infidelity, lack of trust or lies, and use of

alcohol, cigarettes or other drugs. The “Living as partners” program seems to attract a varied audience in terms of socioeconomic status and marital quality, but distressed couples tend to require individualized care.

Key-words: Marital relations, Health promotion, Psychosocial intervention, Relationship education

A conjugalidade tem um papel central na vida familiar e social. Há evidências de que a qualidade conjugal se relaciona com os mais variados domínios da vida de uma pessoa, interferindo em seu bem-estar pessoal (Scorsolini-Comin & Santos, 2010), na saúde física e mental (Robles, Slatcher, Trombello, & McGinn, 2014), na satisfação com o trabalho (Sandberg et al., 2013) e no exercício da parentalidade (Zemp, Milekl, Cummings, Cina, & Bodenmann, 2016).

Considerando a qualidade conjugal como um dos aspectos preponderantes na saúde dos relacionamentos conjugais e familiares, torna-se importante investir em ferramentas que favoreçam a sua otimização. Estratégias de educação conjugal visam esse objetivo ao favorecer o aprimoramento das relações amorosas e fomentar relacionamentos mais saudáveis, satisfatórios e estáveis (Halford & Bodenmann, 2013). Tais estratégias buscam promover o desenvolvimento de habilidades necessárias para a manutenção da qualidade da relação conjugal, fomentando também a ampliação de conhecimentos úteis acerca da vida a dois (Halford, Markman, Kline, & Stanley, 2003). Nesse sentido, possuem um caráter de prevenção e promoção de saúde (Neumann, Mosmann, & Wagner, 2015).

Programas de educação conjugal existem há mais de 30 anos nos Estados Unidos (Markman, Floyd, Stanley, & Storaasli, 1988), tendo sido amplamente utilizados, também, em países como Austrália (Halford & Simons, 2005) e Alemanha (Baucom, Hahlweg, Atkins, Engl, & Thurmaier, 2006). No Brasil, o programa psicoeducativo para casais “Viver a dois: Compartilhando esse desafio” se configura como uma iniciativa recente e pioneira, cujo objetivo é fomentar nos casais a ampliação do leque de estratégias utilizadas no enfrentamento de seus conflitos e promover melhores níveis de qualidade conjugal (Wagner et al., 2015). Desenvolvido a partir de estudos empíricos, o programa é formado por seis oficinas, realizadas semanalmente em grupos de quatro a oito casais. São abordados os temas mitos conjugais, conflito conjugal (temas, frequência, intensidade e estratégias de resolução), sexualidade e lazer a dois. Sua operacionalização envolve a participação ativa dos casais, e contempla momentos psicoeducativos, atividades a serem realizadas entre as díades conjugais, atividades realizadas no grande grupo e tarefas de casa (Wagner et al., 2015).

Na literatura internacional, há uma vasta gama de investigações acerca deste tipo de programa, cuja eficácia possui evidências já estabelecidas (Quirk, Strokoff, Owen, France, & Bergen, 2014; Rauer et al., 2014; Rhoades, 2015; Whitton, Weitbrecht, Kuryluk, & Hutsell, 2016; Williamson et al., 2015). Apesar disso, não são todas as pessoas que aderem ou se beneficiam da educação conjugal. Há indicativos de que, das pessoas que são convidadas para participar destes programas, cerca de 50% a 60% recusam (Markman et al., 1988; Rogge, Cobb, Lawrence, Johnson, & Bradbury, 2013). Segundo Busby, Larson, Holman, e Halford (2015) quanto maior é a demanda de envolvimento dos casais em termos de tempo e quanto maior é a complexidade das tarefas vinculadas ao programa, maior é a quantidade de pessoas que declinam do convite ou que desistem durante o processo. Segundo os autores, os participantes que atribuíam um valor importante ao casamento, os que se mantinham juntos sem períodos de separações, aqueles que possuíam maiores níveis de aderência à religiosidade e os que possuíam maiores níveis educativos, apresentaram maiores índices de adesão a esses programas.

Uma pesquisa norte-americana encontrou que ser casado em cerimônia religiosa é um dos principais preditores da participação em programas de educação conjugal (Stanley, Amato, Johnson, & Markman, 2006). Os autores também encontraram associação entre a escolaridade dos sujeitos e a sua participação em tais programas, de modo que, quanto maior a escolaridade, maiores as chances de participação em educação conjugal. Na Austrália, participar de atividades vinculadas às igrejas e não coabitar antes do casamento se associou com a participação em programas de educação conjugal por casais recém-casados, enquanto que fatores de risco, como violência, baixa satisfação conjugal ou experiências de divórcio na família de origem não tiveram relação com a participação nesses programas (Halford, O'Donnell, Lizzio, & Wilson, 2006).

Tais resultados, encontrados em pesquisas internacionais, devem ser avaliados com cautela na realidade brasileira. Diversos fatores culturais e contextuais do Brasil diferem do contexto Americano e Australiano, onde a maior parte das pesquisas sobre esse tema tem sido realizada. Nessas circunstâncias, considerando o potencial destas intervenções para o bem-estar conjugal e familiar, torna-se relevante ampliar os conhecimentos acerca dos fatores associados à procura dos casais por estes programas. Compreender quais características diferenciam os casais com maior probabilidade de participar dessas propostas auxilia no direcionamento da divulgação, bem como na ampliação de estratégias para atingir casais com baixa probabilidade de participação. Além disso, há poucas informações na literatura acerca das características que diferenciam os casais que aderem e finalizam o programa daqueles que desistem dele. Frente a isso, os objetivos deste estudo são caracterizar os participantes que procuraram o Programa

Viver a Dois: Compartilhando este Desafio no que diz respeito a dados sociodemográficos, relacionais e motivacionais, e investigar se há diferenças nas características daqueles que concluíram e que abandonaram o programa.

Método

Participantes

Participaram do estudo 130 indivíduos, isso é, 65 casais heterossexuais. A idade dos cônjuges variou entre 18 e 59 anos. Os participantes eram provenientes de cinco cidades do sul do país, quais sejam, Porto Alegre (RS), Santa Maria (RS), Erechim (RS), Jacutinga (RS) e Pinhalzinho (SC). Em termos percentuais, 50,8% ($n = 66$) dos participantes residiam em Metrôpole ou região metropolitana, 20% ($n = 26$) residiam em cidades do interior com mais de 100 mil habitantes e 29,2% ($n = 38$) residiam em cidades do interior com até 20 mil habitantes.

Instrumentos

Os participantes responderam, individualmente, aos seguintes instrumentos (Anexo B):

Questionário de dados sociodemográficos. Elaborado para o presente estudo com perguntas sobre idade, cidade em que vivia, condição amorosa, tempo de relacionamento, relacionamentos anteriores, filhos, escolaridade, trabalho, renda e religião de cada membro do casal.

Adaptação da subescala Conflito-desentendimento, da Escala de Conflito Conjugal (Buehler & Gerard, 2002). A escala original foi traduzida e adaptada para o português brasileiro por Mosmann, 2007. Na versão original e na versão adaptada para a população brasileira, esta subescala possui 6 itens que avaliam a frequência com que os sujeitos experimentam desentendimentos com seus parceiros sobre seis temas de conflitos. Pesquisas recentes, porém, têm indicado uma maior amplitude de motivos pelos quais os casais se conflituam (Scheeren, Neumann, Gryzbowsky, & Wagner, 2015). Assim, para este estudo, os temas de conflitos avaliados foram ampliados para 15, de acordo com a revisão efetuada por Scheeren et al. (2015). Os itens foram avaliados em escala *Likert* de 6 pontos (nunca, uma vez ao mês ou menos, diversas vezes ao mês, aproximadamente uma vez por semana, diversas vezes por semana, quase todos os dias), tal como na escala original. O Alfa de Cronbach calculado para esta subescala foi de 0,72.

Inventário de Satisfação Conjugal de Golombok e Rust (GRIMS; Rust, Bennun, Crowe, & Golombok, 1988; traduzida e adaptada à língua portuguesa por Falcke, 2003). Esta escala mede a qualidade do relacionamento conjugal por meio de 28 itens, que devem ser pontuados

em uma escala Likert de 4 pontos (discordo fortemente, discordo, concordo e concordo fortemente). A pontuação é feita através da soma dos pontos dos 28 itens. Quanto maiores os escores obtidos, mais severos são os problemas no relacionamento conjugal. O Alfa de Cronbach encontrado neste estudo foi de 0,86.

Inventário de Estilos de Resolução de Conflitos (CRSI; Kurdek, 1994, traduzido e adaptado para o português brasileiro por Scheeren, Vieira, Goulart, & Wagner, 2014, e validado por Delatorre, Scheeren, & Wagner, 2017). Avalia os padrões de resolução de conflitos conjugais em quatro estilos: Resolução positiva dos problemas, Envolvimento no conflito (quando há ataques pessoais e perda de controle durante uma discussão), Afastamento (quando um dos membros do casal se recusa a continuar discutindo um assunto) e Submissão (quando há a desistência do parceiro em defender a sua posição, adotando uma postura de obediência). O instrumento tem 16 itens medidos em uma escala *Likert* de cinco pontos (1 = nunca e 5 = sempre). Os valores do Alfa de Cronbach encontrados neste estudo para as subescalas foram 0,72 para Resolução positiva, 0,79 para Envolvimento no conflito, 0,63 para Afastamento e 0,50 para Submissão.

Escala de Estágios de Mudança associadas ao relacionamento conjugal. Adaptada para esse estudo a partir de García-Llana, Remor, Peso, Celadilla, e Selgas (2014). O respondente deve optar por uma, entre seis opções, que representa a relação que tem com o seu(sua) parceiro(a). Esta medida de item único está fundamentada no Modelo Transteórico de Mudança (Prochaska & DiClemente, 1982). A primeira opção representa o estágio de pré-contemplação, na qual o sujeito não considera mudar seu comportamento (“Penso que não há nada que eu possa fazer para melhorar o meu relacionamento conjugal. Por isso, não penso em mudar meu modo de agir com minha esposa”). A segunda opção retrata o estágio de contemplação, no qual o sujeito está pensando em modificar o seu comportamento dentro dos próximos seis meses (“Penso que eu possa fazer algo para melhorar o meu relacionamento conjugal. Estou pensando em mudar meu modo de agir com minha esposa nos próximos seis meses”). Preparação ou decisão diz respeito ao estágio em que o sujeito está planejando modificar o seu comportamento no próximo mês (“Penso que eu possa fazer algo para melhorar o meu relacionamento conjugal. Estou decidido a mudar meu modo de agir com minha esposa nos próximos seis meses”). O estágio de ação representa o período de até seis meses no qual o sujeito já está exercitando o novo comportamento (“Penso que eu posso fazer algo para melhorar o meu relacionamento conjugal. Tanto que, há menos de seis meses, tenho feito mudanças em meu modo de agir com minha esposa”). A manutenção ocorre quando o sujeito continua comprometido com a mudança há mais de seis meses (“Penso que eu posso fazer algo para melhorar o meu relacionamento

conjugal. Tanto que tenho feito mudanças em meu modo de agir com minha esposa há mais de seis meses”). Por fim, a última opção retrata o comportamento de recaída, quando o sujeito já realizou mudanças em seu comportamento, mas voltou a praticar os hábitos antigos (“Penso que eu posso fazer algo para melhorar o meu relacionamento conjugal. Nos últimos meses, mudei meu modo de agir com minha esposa. Porém, às vezes noto que ainda ajo como antes dessa mudança”).

Procedimentos

Coleta de dados: O programa Viver a Dois foi aplicado nos grupos de casais por profissionais da psicologia, saúde, educação e assistência social, por meio de Secretarias de Saúde, CRAS, CREAS, Centros de Formação em Terapia de Família e Universidades. Os profissionais que aplicaram o programa participaram de treinamento prévio ministrado por dois dos autores deste estudo e colaboradores. Desta forma, estabeleceu-se uma diferenciação entre as equipes que aplicaram o programa nos casais, as quais estavam vinculadas a estes diferentes centros, e a equipe que efetuou a aplicação dos procedimentos de pesquisa, composta pelos autores do estudo e seus colaboradores.

Cada local responsabilizou-se pela divulgação do programa à comunidade pelos meios disponíveis em seu contexto. Dentre as estratégias empregadas, foram utilizadas tanto técnicas ativas de divulgação, tais como divulgação pessoal e face a face, quanto técnicas passivas, como utilização de folders e divulgação em rádios, jornais e redes sociais (Carlson, Daire, & Bai, 2014). Os casais que se interessavam em participar do programa faziam contato com os locais para efetuar a sua inscrição. O programa foi oferecido gratuitamente.

Na divulgação, os casais foram convidados a participar de uma reunião informativa sobre o Programa Viver a dois, na qual o funcionamento do programa e da pesquisa foi explicado em detalhes. Aos casais que concordaram com os procedimentos de pesquisa e de intervenção, foi aplicado um questionário individual a cada cônjuge com os instrumentos previamente descritos (pré-teste). Na semana seguinte à esta reunião, as equipes locais iniciaram as oficinas com os casais.

Análise dos dados: Com a finalidade de obter a caracterização dos participantes que buscaram o programa Viver a dois: Compartilhando este desafio, foram realizadas análises descritivas de médias e frequências de todos os homens e mulheres que buscaram o programa Viver a dois e responderam ao pré-teste. Em seguida, para investigar as diferenças entre os participantes que concluíram o programa e aqueles que o abandonaram durante o processo, os

dados foram analisados por meio de estatísticas não paramétricas. O teste *U* de Mann-Whitney foi aplicado aos dados de caráter ordinal, e os dados categóricos foram analisados por meio do teste de Associação Qui-quadrado. Optou-se por estes testes devido à discrepância no tamanho dos grupos, e pelo fato de que a maior parte dos dados apresentava distribuição não-normal. Além disso, calculou-se o tamanho do efeito mediante o estatístico *d* de Cohen para o teste *U* de Mann-Whitney, e utilizou-se o *V* de Cramer para o tamanho do efeito do teste de Associação Qui-quadrado (Dancey & Reidy, 2006). Para tanto, considerou-se que valores *d* entre 0,1 e 0,4 representam um efeito pequeno, valores *d* entre 0,5 e 0,7 representam um efeito intermediário e valores *d* acima de 0,8 representam um tamanho de efeito grande; os valores do *V* de Cramer foram interpretados no mesmo parâmetro do *d* de Cohen (Cohen, 1988, Dancey & Reidy, 2006).

Considerações éticas

Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Instituto de Psicologia da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, sob o número CAAE 43881515.6.0000.5334 (Anexo V). Todos os participantes assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (Anexo S), assim como os profissionais que coordenaram as oficinas (Anexos T e U).

Resultados

Caracterização dos participantes que buscaram o programa Viver a dois

Os 130 indivíduos que buscaram o programa tinham idades variando entre 18 e 59 anos. Os homens tinham em média 37,31 anos ($DP = 11,26$) e as mulheres, 35,63 anos ($DP = 11,13$). No que diz respeito às características sociodemográficas, percebe-se uma grande variabilidade nas características das pessoas que buscaram o programa, especialmente no que diz respeito aos níveis de escolaridade e renda. De acordo com a Tabela 1, buscaram o programa desde indivíduos com Ensino Fundamental Incompleto e sem renda até indivíduos com Pós-Graduação Completa e vencimentos superiores a 12 salários mínimos (R\$ 10.561,00 ou mais).

Apesar desta variabilidade, pode-se observar que a maior parte das pessoas que procuraram o programa possuíam estudos universitários (completos ou incompletos), representando 63% do total de participantes ($n = 82$). Assim como observado em relação à escolaridade, apesar da grande variabilidade encontrada na renda dos sujeitos, percebe-se a predominância de rendimentos médios. Cerca de metade dos participantes tinha renda pessoal de até três salários mínimos (R\$ 2640,00), enquanto apenas 16,9% recebiam mais do que seis salários mínimos (R\$ 5280,00). Aproximadamente 20% dos participantes declararam não

exercer atividade remunerada e, conseqüentemente, não possuir renda própria. Dentre os 80% que exerciam atividades remuneradas, observa-se que a satisfação média com o trabalho foi de 4,61 ($DP = 1,34$) em uma escala que oscila entre 1 = nada satisfeito e 6 = muito satisfeito, representando bons níveis de satisfação laboral.

A grande maioria dos participantes referiu possuir alguma religião, com predominância de adeptos ao Catolicismo. Em geral, os participantes relataram que praticam a religião em níveis moderados ($M = 3,19$, em escala na qual 1 = nada praticante e 6 = muito praticante). Dois terços dos participantes possuíam filhos, em sua maioria, crianças e adolescentes.

No que diz respeito às características relacionais, percebe-se pela Tabela 2 a predominância de busca do programa por indivíduos casados oficialmente ou em união estável. O tempo médio de relacionamento foi de 12,3 anos, com uma grande variabilidade ($DP = 11,30$). Este período é bastante similar ao tempo médio de coabitação, indicando que, aparentemente, os participantes que coabitavam tiveram um período curto de namoro antes de passar a residir juntos. A grande maioria dos casais que buscaram o programa estava em sua primeira união.

Os cinco motivos de conflito mais frequentes entre os participantes que buscaram o programa Viver a Dois foram Tarefas domésticas, Tempo para ficar juntos, Comportamentos e características de cada um, Dificuldade de conversar e Filhos. As médias de conflito destes temas equivalem a discussões ocorrendo uma vez por mês ou menos (nível 2 da escala *Likert*), porém aproximando-se de discussões que ocorrem várias vezes ao mês (nível 3 da escala *Likert*). Observam-se pequenas diferenças entre homens e mulheres quanto à ordem de frequência desses conflitos (Tabela 2).

No que diz respeito à qualidade conjugal, constata-se que um terço dos participantes que buscaram o programa possuíam níveis altos de qualidade conjugal, enquanto que cerca de metade dos participantes que procuraram o programa possuíam baixos níveis de qualidade em seu relacionamento. Já no que diz respeito às Estratégias de resolução de conflitos empregadas pelos participantes, percebe-se que a mais utilizada foi a resolução positiva, que em média era utilizada moderadamente pelos participantes. Em seguida, os participantes relataram que, em média, raramente utilizavam as estratégias de afastamento, submissão e envolvimento no conflito.

Tabela 1

Variáveis sociodemográficas dos participantes

| Variáveis | Homens | Mulheres | Total |
|---|---------------|---------------|---------------|
| | % (n) | % (n) | % (n) |
| Escolaridade | | | |
| Fundamental Incompleto | 12,3 (08) | 7,7 (05) | 10,0 (13) |
| Fundamental Completo | 1,5 (01) | 3,1 (02) | 2,3 (03) |
| Médio Incompleto | 0,0 (00) | 1,5 (01) | 0,8 (01) |
| Médio Completo | 23,9 (31) | 16,9 (11) | 15,4 (20) |
| Superior Incompleto | 23,1 (15) | 27,7 (18) | 25,4 (33) |
| Superior Completo | 12,3 (08) | 10,8 (07) | 11,5 (15) |
| Pós-Graduação Incompleta | 6,2 (04) | 3,1 (02) | 4,6 (06) |
| Pós-Graduação Completa | 13,8 (09) | 29,2 (19) | 21,5 (28) |
| Exerce atividade remunerada | | | |
| Sim | 78,5 (51) | 81,5 (53) | 80 (104) |
| Não | 21,5 (14) | 18,5 (12) | 20 (26) |
| Renda pessoal em Salários Mínimos (SM) | | | |
| Sem renda | 24,6 (16) | 16,9 (11) | 20,8 (27) |
| Até 3 SM | 43,1 (28) | 52,3 (34) | 47,7 (62) |
| Mais do que 3, até 6 SM | 16,9 (11) | 12,3 (08) | 14,6 (19) |
| Mais do que 6, até 9 SM | 4,6 (03) | 9,2 (06) | 6,9 (09) |
| Mais do que 9, até 12 SM | 4,6 (03) | 7,7 (05) | 6,2 (08) |
| Mais do que 12 SM | 6,2 (04) | 1,5 (01) | 3,8 (05) |
| Religião | | | |
| Sem religião | 15,4 (10) | 16,9 (11) | 16,2 (21) |
| Católica | 67,7 (44) | 58,5 (38) | 63,1 (82) |
| Evangélica | 6,2 (04) | 4,6 (03) | 5,4 (07) |
| Protestante | 0,0 (00) | 3,1 (02) | 1,5 (02) |
| Espírita | 6,2 (04) | 9,2 (06) | 7,7 (10) |
| Outra | 4,6 (03) | 7,7 (05) | 6,2 (08) |
| Filhos | | | |
| Sim | 63,1 (41) | 64,6 (42) | 64,3 (83) |
| Não | 36,9 (24) | 33,8 (22) | 35,7 (46) |
| Idade dos filhos | | | |
| Crianças | 32,3 (21) | 29,2 (19) | 48,2 (40) |
| Adolescentes | 10,8 (7) | 10,8 (7) | 16,9 (14) |
| Adultos | 10,8 (7) | 13,8 (9) | 19,3 (16) |
| Mais de uma faixa etária | 9,2 (6) | 10,7 (7) | 15,6 (13) |
| Variáveis | Homens | Mulheres | Total |
| | <i>M (DP)</i> | <i>M (DP)</i> | <i>M (DP)</i> |
| Satisfação com o trabalho (Min. 1, Máx. 6) | 4,37 (1,40) | 4,87 (1,23) | 4,61 (1,34) |
| Quanto se diz praticante da religião (Min. 1, Máx. 6) | 3,03 (1,56) | 3,35 (1,57) | 3,19 (1,56) |
| Número de filhos (Min. 1, Máx. 7) | 1,73 (0,99) | 1,79 (1,06) | 1,75 (1,02) |

Tabela 2

Características relacionais dos participantes

| Variáveis | Homens | Mulheres | Total |
|--|--------------|--------------|--------------|
| | % (n) | % (n) | % (n) |
| Situação conjugal | | | |
| Coabitação/União estável | 36,9 (24) | 35,4 (23) | 36,7 (47) |
| Casados | 43,0 (28) | 44,6 (29) | 44,6 (57) |
| Namorando | 18,5 (12) | 18,5 (12) | 18,8 (24) |
| Relacionamento de coabitação anterior | | | |
| Sim | 29,2 (19) | 26,2 (17) | 27,9 (36) |
| Não | 70,8 (46) | 72,3 (47) | 72,1 (93) |
| Qualidade conjugal | | | |
| Bons níveis | 42,2 (27) | 26,2 (17) | 34,1 (44) |
| Níveis médios | 12,5 (08) | 12,3 (08) | 12,4 (16) |
| Baixos níveis | 43,8 (28) | 50,8 (33) | 47,3 (61) |
| Indefinido | 1,6 (01) | 10,8 (07) | 6,2 (08) |
| Variáveis | Homens | Mulheres | Total |
| | M (DP) | M (DP) | M (DP) |
| Anos de relacionamento total (Mín. 0,5, Máx. 41) | 12,2 (11,29) | 12,3 (11,36) | 12,3 (11,30) |
| Anos de coabitação (Mín. 1, Máx. 34) | 11,9 (10,63) | 11,8 (10,73) | 11,9 (10,60) |
| Motivos de conflito (Mín. 1, Máx. 6) | | | |
| Tarefas domésticas | 3,03 (1,60) | 2,82 (1,77) | 2,92 (1,68) |
| Tempo para ficar juntos | 2,86 (1,34) | 2,72 (1,44) | 2,80 (1,39) |
| Comportamentos e características de cada um | 2,46 (1,32) | 2,94 (1,57) | 2,70 (1,46) |
| Dificuldade de conversar | 2,48 (1,34) | 2,72 (1,72) | 2,60 (1,54) |
| Filhos | 2,51 (1,74) | 2,6 (1,84) | 2,55 (1,78) |
| Amigos e familiares | 2,48 (1,40) | 2,57 (1,46) | 2,52 (1,42) |
| Sexo | 2,50 (1,53) | 2,23 (1,33) | 2,36 (1,44) |
| Comprometimento com trabalho ou estudo | 2,26 (1,58) | 2,28 (1,65) | 2,27 (1,61) |
| Dinheiro ou falta de igualdade na relação | 2,14 (1,33) | 2,31 (1,33) | 2,22 (1,33) |
| Falta de intimidade e afeto | 2,29 (1,27) | 1,95 (1,14) | 2,12 (1,21) |
| Maneira de dirigir | 2,08 (1,38) | 2,02 (1,30) | 2,04 (1,33) |
| Falta de confiança ou mentiras | 1,68 (1,13) | 1,94 (1,50) | 1,80 (1,33) |
| Ciúmes ou ex-namorados(as) | 1,60 (1,00) | 1,97 (1,37) | 1,76 (1,21) |
| Uso de bebida alcoólica, cigarro ou outras drogas | 1,41 (0,70) | 1,62 (1,31) | 1,51 (1,05) |
| Infidelidade | 1,18 (0,61) | 1,37 (1,07) | 1,27 (0,87) |
| Estratégias de Resolução de Conflitos (Mín 1, Máx. 5) | | | |
| Resolução Positiva | 3,28 (0,70) | 3,43 (0,73) | 3,36 (0,71) |
| Envolvimento no Conflito | 2,26 (0,77) | 2,63 (0,85) | 2,44 (0,83) |
| Afastamento | 2,73 (0,68) | 2,60 (0,76) | 2,67 (0,72) |
| Submissão | 2,60 (0,63) | 2,44 (0,68) | 2,52 (0,65) |

Já no que diz respeito à motivação para a mudança de aspectos do relacionamento (Tabela 3), percebe-se que a maior parte dos indivíduos que procuraram o programa Viver a dois já vinham modificando o seu modo de se relacionar com o(a) seu(a) parceiro(a), porém, sem conseguir manter essa mudança. Em seguida, percebe-se predominância de participantes nos estágios de contemplação e preparação para a mudança (27,7%, $n = 36$), nos quais os participantes estão pensando em, ou planejando realizar mudanças de comportamento na

relação com seus parceiros(as). Aproximadamente um quarto dos participantes relataram já estar no estágio de ação e manutenção da mudança (23,9%, $n = 31$), nos quais já estão exercitando o novo comportamento. Destaca-se, na Tabela 3, a similaridade entre as respostas de homens e mulheres.

Tabela 3

Características motivacionais dos participantes

| Estágios | Descrição dos estágios | Homens | Mulheres | Total |
|------------------|---|-----------|-----------|-----------|
| | | % (n) | % (n) | % (n) |
| Pré-contemplação | Não penso em mudar meu modo de agir com minha companheira/o | 6,2 (4) | 4,6 (3) | 5,4 (7) |
| Contemplação | Estou pensando em mudar meu modo de agir com minha companheira/o nos próximos seis meses | 12,3 (8) | 10,8 (7) | 11,5 (15) |
| Preparação | Estou decidido a mudar meu modo de agir com minha companheira/o nos próximos seis meses | 16,9 (11) | 15,4 (10) | 16,2 (21) |
| Ação | Há menos de seis meses, tenho feito mudanças em meu modo de agir com minha companheira/o | 12,3 (8) | 9,2 (6) | 10,8 (14) |
| Manutenção | Tenho feito mudanças em meu modo de agir com minha companheira/o há mais de seis meses | 9,2 (6) | 16,9 (11) | 13,1 (17) |
| Recaída | Mudei meu modo de agir com minha companheira/o, mas, às vezes, ainda ajo como antes dessa mudança | 43,1 (28) | 43,1 (28) | 43,1 (56) |

Comparação entre os participantes que aderiram ao programa com os participantes que o abandonaram após o início

Dentre os 65 casais que buscaram o programa Viver a dois e responderam ao questionário no pré-teste, 54 iniciaram as oficinas. Destes, 83% ($n = 44$ casais, 88 indivíduos) concluíram o programa (grupo adesão) e 17% ($n = 10$ casais, 20 indivíduos) desistiram após o início (grupo abandono). Entre os casais do grupo que abandonou, três vieram apenas na primeira oficina, três participaram até a terceira oficina, três participaram até a quarta oficina e um participou até a quinta oficina. O fluxograma apresentado na Figura 1 ilustra esse processo. A idade média dos homens e das mulheres que concluíram o programa foi de 37,88 anos ($DP = 11,21$) e de 36,11 anos ($DP = 11,15$), respectivamente. Dentre aqueles que não concluíram o programa, os homens tinham em média 33,50 anos ($DP = 12,98$) e as mulheres tinham 31,60 anos ($DP = 11,77$).

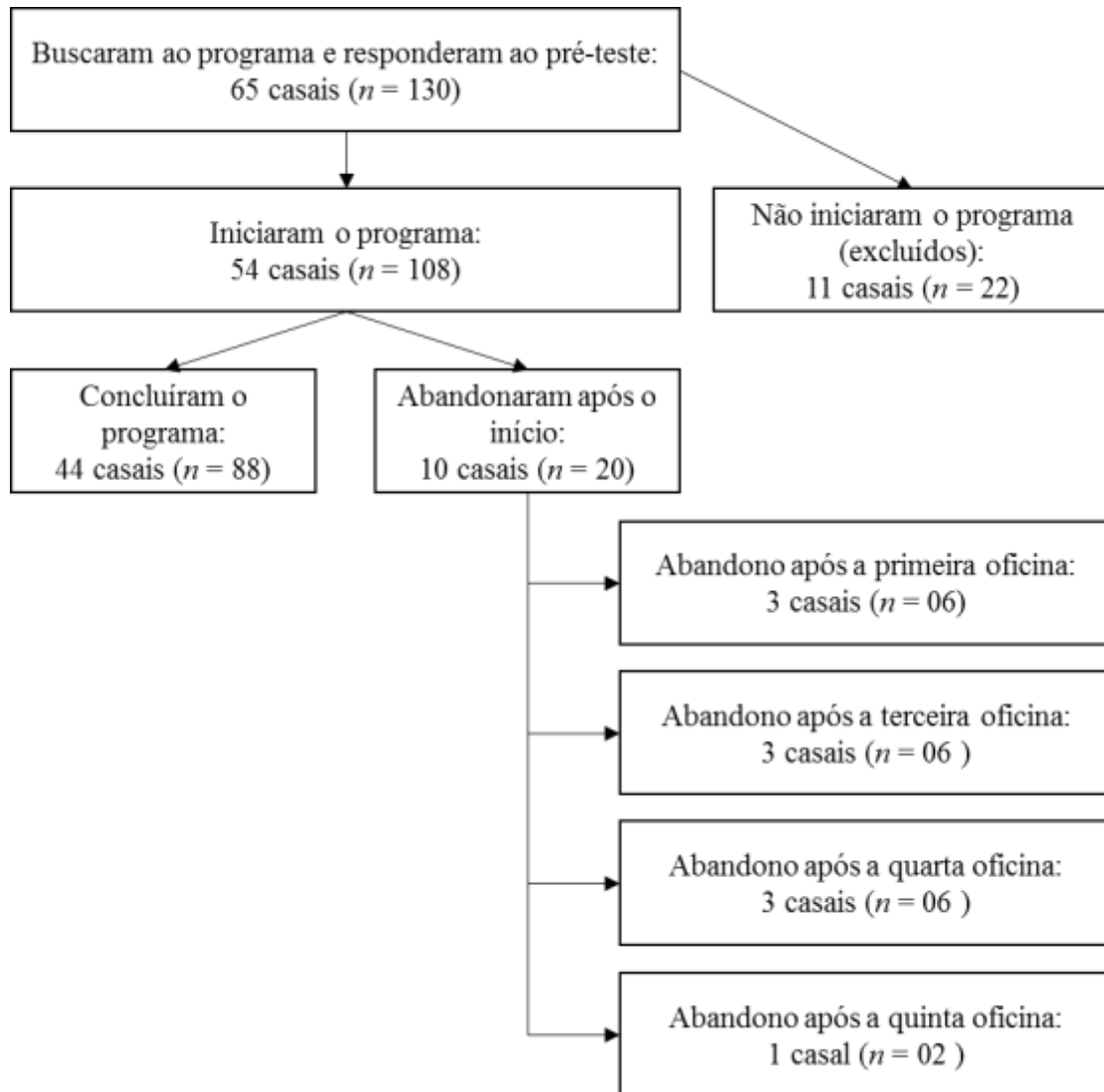


Figura 1. Fluxograma desde a busca pelo programa até o término das oficinas.

A comparação entre os casais que concluíram o programa Viver a dois e aqueles que o abandonaram revelou diferenças estatisticamente significativas em três variáveis. Os participantes que discutiam com maior frequência pelos temas infidelidade, falta de confiança ou mentiras e uso de bebida alcoólica, cigarro ou outras drogas apresentaram índices maiores de abandono, com tamanho de efeito pequeno para falta de confiança ou mentiras, moderado para infidelidade e alto para uso de bebida alcoólica, cigarro ou outras drogas. Não se encontrou diferenças estatisticamente significativas entre os casais do grupo adesão e do grupo abandono nas demais variáveis (Tabela 4).

Tabela 4

Resultados do teste Mann-Whitney e do teste de Associação Qui-quadrado

| Variáveis | Grupo adesão | | Grupo abandono | |
|---|-----------------------|----------------------|--------------------------|-------------------------------------|
| | <i>Mdn (IQR)</i> | <i>Mdn (IQR)</i> | <i>U Mann-Witney (p)</i> | Tamanho de efeito <i>d</i> de Cohen |
| Idade | 38,00 (16,50) | 45,50 (19,75) | 662,50 (p = 0,85) | 0,35 |
| Tempo total de relacionamento | 11,80 (16,00) | 22,50 (34,87) | 639,00 (0,122) | 0,47 |
| Tempo de coabitação | 9,50 (17,25) | 20,50 (31,00) | 420,00 (0,765) | 0,50 |
| Renda pessoal | 2,385,00 (3500,00) | 4000,00 (4375,00) | 463,50 (0,411) | 0,10 |
| Satisfação com trabalho | 5,00 (2,00) | 4,00 (1,75) | 520,00 (0,439) | 0,58 |
| Praticante de religião | 3,00 (3,00) | 2,50 (2,00) | 758,50 (0,675) | 0,44 |
| Qualidade conjugal | 32,00 (15,00) | 35,50 (13,00) | 989,00 (0,341) | 0,28 |
| Resolução Positiva | 3,40 (0,80) | 3,30 (0,60) | 936,50 (0,593) | 0,01 |
| Envolvimento no Conflito | 2,40 (0,95) | 2,50 (1,05) | 744,50 (0,314) | 0,10 |
| Afastamento | 2,67 (1,00) | 2,33 (0,58) | 836,50 (0,787) | 0,43 |
| Submissão | 2,33 (1,33) | 2,33 (0,58) | 816,00 (0,663) | 0,41 |
| Motivos de conflito | | | | |
| Tarefas domésticas | 3,00 (3,75) | 3,00 (2,00) | 797,00 (0,503) | 0,30 |
| Tempo para ficar juntos | 3,00 (2,00) | 2,50 (1,75) | 893,50 (0,913) | 0,36 |
| Comportamentos e características de cada um | 2,00 (3,00) | 2,00 (2,50) | 801,00 (0,521) | 0,12 |
| Dificuldade de conversar | 2,50 (1,00) | 2,00 (2,50) | 882,00 (0,987) | 0,12 |
| Filhos | 3,00 (3,00) | 3,00 (2,75) | 835,00 (0,707) | 0,10 |
| Amigos e familiares | 2,00 (2,00) | 1,50 (1,75) | 874,50 (0,964) | 0,48 |
| Sexo | 2,00 (2,00) | 2,00 (2,50) | 843,50 (0,765) | 0,06 |
| Comprometimento com trabalho ou estudo | 2,00 (2,00) | 2,00 (1,75) | 825,00 (0,646) | 0,37 |
| Dinheiro ou falta de igualdade na relação | 2,00 (2,00) | 1,50 (2,75) | 811,00 (0,566) | 0,14 |
| Falta de intimidade e afeto | 2,00 (2,00) | 3,00 (1,75) | 959,00 (0,514) | 0,29 |
| Maneira de dirigir | 2,00 (2,00) | 1,50 (1,00) | 767,50 (0,340) | 0,67 |
| Falta de confiança ou mentiras | 1,00 (0,00) | 2,00 (1,75) | 1117,50 (0,026)* | 0,46 |
| Ciúmes ou ex-namorados(as) | 1,00 (1,00) | 1,50 (1,00) | 976,00 (0,386) | 0,43 |
| Uso de bebida alcoólica, cigarro ou outras drogas | 1,00 (0,00) | 2,00 (2,50) | 1169,50 (0,004)** | 1,16 |
| Infidelidade | 1,00 (0,00) | 1,50 (1,00) | 1111,00 (0,002)** | 0,66 |

| Variáveis | Grupo adesão % (n) | Grupo abandono % (n) | χ^2 (p) | Tamanho de efeito V de Cramer |
|---|-----------------------|-------------------------|---------------|-------------------------------|
| Em que tipo de cidade reside | | | 1,854 (0,173) | 0,13 |
| Capital | 43,2 (38) | 60 (12) | | |
| Interior | 56,8 (50) | 40 (8) | | |
| Escolaridade | | | 3,453 (0,327) | 0,18 |
| Fundamental (completo e incompleto) | 11,4 (10) | 10 (2) | | |
| Médio (completo e incompleto) | 26,1 (23) | 20 (4) | | |
| Superior Incompleto | 20,5 (18) | 40 (8) | | |
| Superior Completo e Pós-Graduação (completa e incompleta) | 42 (37) | 30 (6) | | |
| Situação conjugal | | | 1,475 (0,478) | 0,12 |
| Coabitação/União estável | 35,2 (31) | 44,4 (8) | | |
| Casados | 48,9 (43) | 33,3 (6) | | |
| Namorando | 15,9 (14) | 22,2 (4) | | |
| Possui filhos | | | 0,966 (0,326) | 0,10 |
| Sim | 66,7 (58) | 55 (11) | | |
| Não | 33,3 (29) | 45 (9) | | |
| Relacionamento de coabitação anterior | | | 2,127 (0,145) | 0,14 |
| Sim | 26,1 (23) | 10,5 (2) | | |
| Não | 73,9 (65) | 89,5 (17) | | |
| Exerce atividade remunerada | | | 1,109 (0,292) | 0,10 |
| Sim | 80,7 (71) | 70 (14) | | |
| Não | 19,3 (17) | 30 (6) | | |
| Motivação | | | 4,493 (0,213) | 0,20 |
| Pré-contemplação e Contemplação | 11,4 (10) | 25 (5) | | |
| Preparação | 14,8 (13) | 20 (4) | | |
| Ação e Manutenção | 27,3 (24) | 10 (2) | | |
| Recaída | 46,6 (41) | 45 (9) | | |

* $p < 0,05$. ** $p < 0,01$.

Discussão

Este estudo caracterizou os participantes que buscaram o programa Viver a dois: Compartilhando este desafio no que diz respeito às suas características sociodemográficas, relacionais e motivacionais, comparando os indivíduos que concluíram o programa com aqueles que o abandonaram durante o seu desenvolvimento. O índice de abandono encontrado no presente estudo (17%) é levemente menor ao encontrado em investigações internacionais, nas quais as taxas de desistência oscilaram entre 20% até 34% (Halford et al., 2017, Higginbotham & Skogrand, 2010, Rogge et al., 2013).

A amostra foi marcada por grande variabilidade nos níveis de renda e escolaridade, indicando que o programa Viver a dois se mostra como uma ferramenta atrativa nos mais variados níveis socioeconômicos. Entretanto, percebe-se que há um predomínio de busca por indivíduos com escolaridade elevada, sendo o nível de escolarização desta amostra maior do que o encontrado em outros estudos nacionais com casais (Schmidt, Bolze, Vieira, & Crepaldi, 2015, Wagner, Mosmann, & Neumann, 2015). Estudos internacionais apontam que indivíduos com maior escolaridade tendem a participar mais de programas de educação conjugal em comparação com indivíduos que possuem menos anos de estudo (Stanley et al., 2006). Os sujeitos mais escolarizados também apresentam menor tendência a desistir do programa após o seu início (Busby et al., 2015, Rogge et al., 2013), embora no presente estudo este fator não tenha diferenciado os grupos que concluíram e aqueles que abandonaram o programa. Acredita-se que a predominância de participantes escolarizados possa ser devida aos contextos nos quais os grupos de casais foram desenvolvidos, já que seis dos dez grupos foram realizados por instituições de ensino. Nesse sentido, por mais que a divulgação tenha sido voltada à população em geral, ela foi realizada em grande parte por meio dos canais institucionais de cada contexto. Isso pode ter favorecido a procura por casais familiarizados com os serviços prestados e com as pesquisas realizadas por essas instituições, sendo, portanto, casais com maior proximidade com os promotores dessa iniciativa. Tais aspectos podem ter levado a um possível viés na constituição da amostra.

Estudos internacionais indicam que ser casado em cerimônia religiosa (Stanley et al., 2006) e não coabitar antes do casamento (Halford et al., 2006) favorecem a participação em programas de educação conjugal. Contudo, no presente estudo tais variáveis não pareceram ter um peso significativo, uma vez que apenas 35% da amostra era casada em cerimônia religiosa e 36% viviam em união estável, sem formalizar legalmente a união. Tais dados parecem indicar que, no contexto sul-brasileiro, a busca pela qualidade conjugal por meio de programas

psicoeducativos independe de preceitos e cerimônias religiosas. Contudo, é necessário ressaltar que cerca de 85% da amostra declarou possuir alguma religião, com nível moderado de envolvimento. Assim, ainda que não tenha sido possível distinguir o quanto esses aspectos influenciaram, direta ou indiretamente, na busca por educação conjugal, estavam presentes na caracterização dos sujeitos participantes.

Apesar da variedade encontrada nos níveis de qualidade conjugal dos casais que procuraram o programa Viver a dois, percebe-se que cerca de metade dos participantes apresentaram baixos níveis de qualidade, indicando que a busca pelo programa ocorre, para muitos, em decorrência da percepção de dificuldades no relacionamento. Este resultado se diferencia do encontrado na população em geral, conforme estudo que investigou 750 casais e encontrou que aproximadamente 30% da amostra apresentava níveis baixos de qualidade conjugal (Mosmann et al, 2015). Nesse sentido, por ter como foco a proposta de auxiliar os casais a aprenderem estratégias mais eficazes de resolução de conflitos, o programa parece atrair casais que de fato apresentam dificuldades em seu cotidiano conjugal, constituindo-se para eles como uma possibilidade alternativa de ajuda. Apesar disso, é importante destacar que um terço dos participantes que buscaram o programa apresentavam níveis elevados de qualidade conjugal, indicando que a motivação pelo cuidado e aperfeiçoamento das formas de se relacionar faz parte de uma vida conjugal satisfatória.

No que diz respeito à resolução de conflitos, os participantes que buscaram o programa assinalaram utilizar estratégias de negociação em seu dia a dia com mais frequência do que estratégias de submissão, afastamento ou ataque, similarmente ao encontrado em outras investigações nacionais sobre conjugalidade (Bolze, Schmidt, Crepaldi, & Vieira, 2013, Schmidt et al., 2015, Delatorre, Hameister, & Wagner, 2015). Este resultado vem ao encontro daqueles que revelam os aspectos motivacionais dos casais, uma vez que a maior parte dos indivíduos que buscaram o programa Viver a dois demonstrou preocupação e declarou fazer investimentos no relacionamento, sendo que grande parte respondeu que já havia modificado o seu modo de se relacionar com o(a) parceiro(a) em prol de uma melhor convivência. Chama a atenção a similaridade entre homens e mulheres nos aspectos motivacionais para a melhoria da conjugalidade. Considerando que muitos casais que apresentam baixos níveis de qualidade conjugal buscaram o programa, em meio a muitos que não aderiram ao convite para conhecê-lo, pode-se hipotetizar que, talvez, o que diferencie os casais com níveis baixos de qualidade conjugal que buscaram o programa, comparados com aqueles que não o fizeram, seja a motivação para resolver os seus conflitos e aprimorar a relação.

Encontrou-se que os motivos de conflitos mais frequentes entre os casais que buscaram o programa foram tarefas domésticas, tempo para ficar juntos, comportamentos e características de cada um, dificuldade de conversar e filhos. Estudos que utilizaram a Escala de Conflito Conjugal em seu formato tradicional (seis itens) reiteram o tempo para ficar juntos e os filhos como estando entre os três motivos de maior frequência de discussão dos casais (Costa, Falcke, & Mosmann, 2015, Scheeren et al., 2015). Entretanto, a ampliação de seis para quinze assuntos pelos quais os casais podem discutir demonstra que existem outros temas recorrentes em seu dia a dia, entre os quais se destaca a dificuldade de conversar e os comportamentos e características de cada um. A alta frequência destes temas corrobora a ideia de que muitos casais procuraram o programa Viver a dois em razão da dificuldade de manejar os seus conflitos, uma vez que a complexidade implicada na habilidade de conversar é um aspecto agravante do encaminhamento de qualquer temática necessária de ser discutida pelo casal. Da mesma forma, a dificuldade em lidar com características e comportamentos da individualidade do(a) parceiro(a) também são aspectos transversais nas discussões sobre qualquer tema, desencadeando, muitas vezes, um processo de escalada do conflito (Delatorre et al., 2015). Nesse sentido, distinguir entre as características dinâmicas, que o cônjuge pode modificar, e aquelas estáticas, de difícil modificação, se constitui como uma estratégia que contribui para minimizar as áreas de tensão no relacionamento, juntamente com a valorização das características positivas do parceiro(a) e da relação (Costa & Mosmann, 2015). Com base nesses indicativos, parece, de fato, que a divulgação do programa Viver a dois conseguiu atingir casais com problemáticas as quais o programa objetiva trabalhar, quais sejam, dificuldades na resolução dos conflitos conjugais.

A reflexão sobre os temas de conflito também se faz relevante considerando que esta foi a única variável que diferenciou os casais que concluíram o programa daqueles que desistiram. Encontrou-se que os casais que discutiam com maior frequência pelos temas infidelidade, falta de confiança ou mentiras e uso de bebida alcoólica, cigarro ou outras drogas apresentaram índices maiores de abandono ao programa. Cabe ressaltar que estes motivos estiveram entre os quatro temas com menor frequência de discussão pelos casais, corroborando a ideia de que a frequência e a intensidade das discussões são aspectos distintos dos conflitos (Scheeren et al., 2015). Os três temas que diferenciaram os casais concluintes dos casais desistentes se caracterizam por adentrar em aspectos mais densos da relação, sendo, por conseguinte, mais complexos de serem trabalhadas pelos casais. Nesse sentido, a desistência destes casais faz pensar que a participação em uma atividade psicoeducativa em caráter grupal pode ser

insuficiente para dar conta das idiossincrasias de casais que possuem problemáticas mais graves e de difícil encaminhamento.

Não se encontra, na literatura, dados consistentes capazes de distinguir os casais que permanecem daqueles que desistem do programa. No estudo de Allen, Rhoades, Stanley, Loew e Markman (2012), casais com história de infidelidade que concluíram um programa de educação conjugal obtiveram maiores ganhos em termos de qualidade conjugal do que casais sem história de infidelidade. Já Williamson et al. (2015) encontraram que casais com baixos índices de satisfação conjugal obtiveram mais ganhos ao participar do programa do que casais que iniciaram com índices elevados de satisfação, porém, este resultado não se confirmou em casais com problemas relacionados ao abuso de álcool e à violência física. Com base nos dados do presente estudo, apoiados pela investigação de Williamson et al. (2015), pode-se pensar que casais que apresentam indicativos de problemas muito severos no relacionamento podem se beneficiar mais de intervenções individualizadas, tal como a terapia de casal, do que de programas de educação conjugal.

Como limitações para o presente estudo, destaca-se o tamanho reduzido da amostra e a disparidade no tamanho dos grupos investigados. As diferenças encontradas entre as variáveis arrojaram tamanhos de efeito diversificados, sinalizando para a necessidade de discutir os dados com cautela. Ainda, é possível que outras variáveis, além das investigadas neste estudo, tenham maior relevância na explicação dos aspectos que diferenciam os casais que concluem daqueles que abandonam o programa.

A partir dos resultados encontrados, evidencia-se que casais com diferentes níveis socioeconômicos e de qualidade conjugal buscaram o programa Viver a dois: Compartilhando este desafio. Porém, constatou-se que aqueles casais que vivenciam temas de conflito mais graves e complexos tendem a abandonar o programa com mais frequência. Tais dados corroboram a necessidade de elaboração de critérios de inclusão para a participação em programas de educação conjugal, aspecto em ampla discussão na literatura internacional (ex. Markman & Ritchie, 2015). Mais estudos sobre essa temática são necessários, porém, há evidências preliminares de que casais muito fragilizados requerem um atendimento individualizado para conseguirem encaminhar os seus conflitos de maneira apropriada, respeitando as suas peculiaridades.

Referências

- Allen, E. S., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., Loew, B., & Markman, H. J. (2012). The effects of marriage education for army couples with a history of infidelity. *Journal of Family Psychology, 26*(1), 26–35. DOI: 10.1037/a0026742
- Baucom, D. H., Hahlweg, K., Atkins, D. C., Engl, J., & Thurmaier, F. (2006). Long-term prediction of marital quality following a relationship education program: Being positive in a constructive way. *Journal of Family Psychology, 20*(3), 448–455. doi:10.1037/0893-3200.20.3.448
- Bolze, S. D. A., Schmidt, B., Crepaldi, M. A., & Vieira, M. L. (2013). Relacionamento conjugal e táticas de resolução de conflito entre casais. *Actualidades en Psicología, 27*(114), 71–85. Retrieved from <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/apsi/v27n114/a06.pdf>
- Buehler, C., & Gerard, J. M. (2002). Marital conflict, ineffective parenting and children's and adolescents' maladjustment. *Journal of Marriage and Family, 64*(1), 78–92. doi: 10.1111/j.1741-3737.2002.00078.x
- Busby, D. M., Larson, J. H., Holman, T. B., & Halford, W. K. (2015). Flexible delivery approaches to couple relationship education: Predictors of initial engagement and retention of couples. *Journal of Child and Family Studies*. doi:10.1007/s10826-014-0105-3
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Costa, C. B. da, Falcke, D., & Mosmann, C. P. (2015). Conflitos conjugais em casamentos de longa duração: Motivos e sentimentos. *Psicologia em Estudo, 20*(3), 411–423. doi:10.4025/psicoestud.v20i3.27817
- Costa, C. B. da, & Mosmann, C. P. (2015). Estratégias de resolução dos conflitos conjugais: Percepções de um grupo focal. *Psico, 46*(4), 472–482. doi:10.15448/1980-8623.2015.4.20606
- Dancey, C. P., & Reidy, J. (2006). *Estatística sem matemática para psicologia: Usando SPSS para Windows*. Porto Alegre: Artmed.
- Delatorre, M., Hameister, B. da R., & Wagner, A. (2015). Conflitos conjugais: Possibilidades de resolução. In: A. Wagner, D. Falcke, & C. P. Mosmann. *Viver a dois: Oportunidades e desafios da conjugalidade* (pp. 51 - 69). São Leopoldo: Editora Sinodal.
- Delatorre, M. Z., Scheeren, P., & Wagner, A. (2017). Conflito conjugal: Evidências de validade de uma escala de resolução de conflitos em casais do sul do Brasil. *Avances en*

- Psicología Latinoamericana*, 35(1), pp. 79-94. doi: 10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.3742
- Falcke, D. (2003). *Águas passadas não movem moinhos? As experiências na família de origem como predictoras da qualidade do relacionamento conjugal*. Tese de Doutorado. Faculdade de Psicologia da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul.
- García-Llana, H., Remor, E., Peso, G. del, Celadilla, O., & Selgas, R. (2014). Motivational interviewing promotes adherence and improves wellbeing in pre-dialysis patients with Advanced Chronic Kidney Disease. *Journal of Clinical Psychological Medical Settings*, 21(1), 103-115. doi:10.1007/s10880-013-9383-y
- Halford, W. K., & Bodenmann, G. (2013). Effects of Relationship Education on maintenance of couple relationship satisfaction. *Clinical Psychology Review*, 33(4), 512–525. doi:10.1016/j.cpr.2013.02.001
- Halford, W. K., Markman, H. J., Kline, G. H., & Stanley, S. M. (2003). Best practice in Couple Relationship Education. *Journal of Marital and Family Therapy*, 29(3), 385–406. doi: 10.1111/j.1752-0606.2003.tb01214.x
- Halford, W. K., O'Donnell, C., Lizzio, A., & Wilson, K. L. (2006). Do couples at high risk of relationship problems attend premarriage education? *Journal of Family Psychology*, 20(1), 160–163. doi:10.1037/0893-3200.20.1.160
- Halford, W. K., Rahimullah, R. H., Wilson, K. L., Occhipinti, S., Busby, D. M., Larson, J. (2017). Four year effects of couple relationship education on low and high satisfaction couples: A randomized clinical trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 85(5), 495 – 507. DOI: 10.1037/ccp0000181
- Halford, W. K., & Simons, M. (2005). Couple relationship education in Australia. *Family Process*, 44(2), 147–159. Retrieved from <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16013742>
- Higginbotham, B. J., & Skogrand, L. (2010). Relationship Education with both married and unmarried stepcouples: An exploratory study. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 9(2), 133–148. doi: 10.1080/15332691003694893
- Kurdek, L. A. (1994). Conflict resolution styles in gay, lesbian, heterosexual nonparent, and heterosexual parent couples. *Journal of Marriage and the Family*, 56(3), 705-722. doi: 10.2307/352880.
- Markman, H. J., Floyd, F. J., Stanley, S. M., & Storaasli, R. D. (1988). Prevention of marital distress: A longitudinal investigation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56(2), 210–217. Retrieved from <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/3372828>

- Markman, H. J., & Ritchie, L. A. (2015). Couples relationship education and couples therapy: Healthy Marriage or strange bedfellows? *Family Process, 54*(4), 655 – 671. doi: 10.1111/famp.12191
- Mosmann, C. P. (2007). *A qualidade conjugal e os estilos educativos parentais*. Tese de Doutorado. Faculdade de Psicologia da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul.
- Mosmann, C. P., Levandowski, D. C., Costa, C. B. da, Zordan, E. P., Rosado, J. S., & Wagner, A. (2015). Qualidade conjugal: Como os casais avaliam seu relacionamento? In: A. Wagner, D. Falcke, & C. P. Mosmann. *Viver a dois: Oportunidades e desafios da conjugalidade* (pp. 19 - 32). São Leopoldo: Editora Sinodal.
- Mosmann, C. P., & Wagner, A. (2008). Dimensiones de la conyugalidad y de la parentalidad: un modelo correlacional. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación, 10*(2), 79 – 103.
- Neumann, A. P., Mosmann, C. P., & Wagner, A. (2015). Viver a dois: É possível educar para a conjugalidade? In: A. Wagner, D. Falcke, & C. P. Mosmann. *Viver a dois: Oportunidades e desafios da conjugalidade* (pp. 101 - 112). São Leopoldo: Editora Sinodal.
- Prochaska, J. O., & DiClemente, C.C. (1982). Transtheoretical therapy: Toward a more integrative model of change. *Psychotherapy: Theory, Research and Practice, 19*(3), 276-288. doi:10.1037/h0088437
- Quirk, K., Strokoff, J., Owen, J. J., France, T., & Bergen, C. (2014). Relationship education in community settings: Effectiveness with distressed and non-distressed low-income racial minority couples. *Journal of Marital and Family Therapy, 40*(4), 442–453. doi:10.1111/jmft.12080
- Rauer, A. J., Adler-Baeder, F., Lucier-Greer, M., Skuban, E., Ketring, S. A., & Smith, T. A. (2014). Exploring processes of change in couple relationship education: Predictors of change in relationship quality. *Journal of Family Psychology, 28*(1), 65–76. doi:10.1037/a0035502
- Rhoades, G. K. (2015). The effectiveness of the Within Our Reach relationship education program for couples: Findings from a federal randomized trial. *Family Process, 54*(4), 672–685. doi: 10.1111/famp.12148
- 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. doi:10.1037/a0031859

- Rogge, R. D., Cobb, R. J., Lawrence, E., Johnson, M. D., & Bradbury, T. N. (2013). Is skills training necessary for the primary prevention of marital distress and dissolution? A 3-year experimental study of three interventions. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 81*(6), 949–961. doi:10.1037/a0034209
- Rust, J., Bennun, I., Crowe, M., & Golombok, S. (1988). *The Golombok Rust Inventory of Marital State*. Windsor: NFER-NELSON.
- Sandberg, J. G., Harper, J. M., Jeffrey Hill, E., Miller, R. B., Yorgason, J. B., & Day, R. D. (2013). “What happens at home does not necessarily stay at home”: The relationship of observed negative couple interaction with physical health, mental health, and work satisfaction. *Journal of Marriage and Family, 75*(4), 808–821. doi:10.1111/jomf.12039
- Scheeren, P., Neumann, A. P., Gryzbowsky, L. S., & Wagner, A. (2015). Como se caracterizam os conflitos conjugais? In A. Wagner, C. P. Mosmann, & D. Falcke (Eds). *Viver a dois: Oportunidades e desafios da conjugalidade* (pp. 41-65). São Leopoldo: Sinodal.
- Scheeren, P., Vieira, R. V. de A., Goulart, V. R., & Wagner, A. (2014). Marital quality and attachment: The mediator role of conflict resolution styles. *Paidéia, 24*(58), 177–186. doi:10.1590/1982-43272458201405
- Schmidt, B., Bolze, S. D. A., Vieira, M. L., & Crepaldi, M. A. (2015). Relacionamento conjugal e características sociodemográficas de casais heteroafetivos. *Estudos e Pesquisas em Psicologia, 15*(3), 871–890. Retrieved from <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=451844505006>
- Scorsolini-Comin, F., & Santos, M. A. dos. (2010). Satisfação com a vida e satisfação diádica: Correlações entre construtos de bem-estar. *Psico-USF, 15*(2), 249–256.
- Stanley, S. M., Amato, P. R., Johnson, C. A., & Markman, H. J. (2006). Premarital education, marital quality, and marital stability: Findings from a large, random household survey. *Journal of Family Psychology, 20*(1), 117–126. doi:10.1037/0893-3200.20.1.117
- Wagner, A., Mosmann, C. P., & Neumann, A. P. (2015). Investigando as oportunidades e os desafios da conjugalidade. In: A. Wagner, D. Falcke, & C. P. Mosmann. *Viver a dois: Oportunidades e desafios da conjugalidade* (pp. 07 - 18). São Leopoldo: Editora Sinodal.
- Wagner, A., Neumann, A.P., Mosmann, A. P., Levandowski, D. C., Falcke, D., Zordan, E. P., ..., & Scheeren, P. (2015). ‘Viver a dois: Compartilhando esse desafio’: Uma proposta psicoeducativa para casais. Porto Alegre: Núcleo de Pesquisa Dinâmica das Relações Familiares.

- Whitton, S. W., Weitbrecht, E. M., Kuryluk, A. D., & Hutsell, D. H. (2016). A randomized waitlist-controlled trial of culturally sensitive relationship education for male same-sex couples. *Journal of Family Psychology, 30*(6), 763–768. Doi: 10.1037/fam0000199
- Williamson, H. C., Rogge, R. D., Cobb, R. J., Johnson, M. D., Lawrence, E., & Bradbury, T. N. (2015). Risk moderates the outcome of relationship education: A randomized controlled trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 83*(3), 617–629. doi:10.1037/a0038621
- Zemp, M., Milek, A., Cummings, M., Cina, A., & Bodenmann, G. (2016). How couple- and parenting-focused programs affect child behavioral problems: A randomized controlled trial. *Journal of Child and Family Studies, 25*(3), 798–810. doi:10.1007/s10826-015-0260-1

CAPÍTULO 3

Programa psicoeducativo para casais: avaliação dos resultados relativos a qualidade e o conflito conjugal

Resumo: Programas de educação conjugal são estratégias que podem favorecer melhores índices de qualidade conjugal e de manejo dos conflitos entre os cônjuges. O programa psicoeducativo para casais “Viver a dois: Compartilhando esse desafio” busca fomentar nos casais o aprendizado de estratégias de resolução de conflitos e melhores níveis de qualidade no relacionamento. Este estudo avalia a capacidade deste programa em produzir resultados no que diz respeito à qualidade conjugal e a três dimensões do conflito conjugal: frequência, intensidade e estratégias de resolução. Os dados de 82 participantes (41 casais) foram analisados antes e depois da intervenção, e posteriormente os resultados do grupo de tratamento foram comparados com os dados de um grupo de 48 indivíduos que não recebeu o tratamento. Os resultados de 68 participantes que responderam ao *follow-up* foram utilizados para avaliar a permanência do efeito após cinco meses do término do programa. Os dados também foram avaliados considerando o nível de qualidade conjugal dos participantes prévio ao início do programa. Os resultados demonstram que o programa produziu resultados imediatos em todos os indicadores, os quais se mantiveram após cinco meses, exceto em qualidade conjugal e na estratégia de submissão frente ao conflito. De maneira geral, os dados dos participantes do programa foram melhores do que o grupo de comparação. A qualidade conjugal prévia ao início do programa influenciou no aumento dos índices em qualidade conjugal após o programa, mas não nos indicadores de conflito conjugal. Os tamanhos de efeito oscilaram entre níveis baixos, médios e altos. O estudo apresenta evidências acerca da capacidade do programa Viver a dois em produzir melhoras em indicadores de conflito conjugal.

Palavras-chave: Educação conjugal, Conflito conjugal, Qualidade conjugal.

Abstract: Relationship education programs are strategies that can favor better marital quality and conflict management between spouses. The relationship education program “Living as partners: Turning challenges into opportunities” seeks to promote the couples’ learning of conflict resolution strategies and better quality levels in the relationship. This study evaluates the capacity of this program to produce results regarding marital quality and three dimensions of the marital conflict: frequency, intensity and resolution strategies. Data from 82 participants (41 couples) were analyzed before and after the program, and the results from the treatment group were compared with data from a group of 48 individuals who did not receive the

intervention. The data of 68 participants who answered the follow-up were used to evaluate the maintenance of the effects five months after the end of the program. Data were also evaluated considering the participants' level of marital quality prior to the beginning of the program. Results show that the program produced immediate effects in all the variables evaluated, which remained significant after five months, except for marital quality and for the strategy of submission. Overall, the program participants' data were better than in the comparison group. The marital quality prior to the beginning of the program influenced the increase in marital quality after the program, but not the marital conflict indicators. Effect sizes ranged from low to medium and high levels. The study presents evidences about the ability of the "Living as partners" program to produce improvements in marital conflict indicators.

Key-words: Couple relationship education, Marital conflict, Marital quality.

O conflito conjugal é inerente às relações amorosas. Entretanto, quando ocorre de maneira frequente e intensa, e quando não resolvido de maneira satisfatória, pode impactar negativamente na qualidade do relacionamento amoroso (Paleari, Regalia, & Fincham, 2010), na saúde física dos cônjuges (Kubricht, Miller, Li, & Hsiao, 2017, Miller, Hollist, Olsen, & Law, 2013) e no bem-estar dos filhos (Zhou & Buehler, 2017, Davies, Martin, Sturge-Apple, Ripple, & Cicchetti 2016). Programas de educação conjugal são ferramentas que podem intervir tanto no conflito quanto na qualidade dos relacionamentos, promovendo o desenvolvimento de habilidades relacionais e a disseminação de conhecimentos sobre a vida a dois (Halford & Bodenmann, 2013; Halford & Snyder, 2012, Halford, Markman, Kline, & Stanley, 2003). O presente estudo apresenta a avaliação dos resultados do programa psicoeducativo para casais "Viver a dois: Compartilhando este desafio", no que se refere a sua capacidade de produzir mudanças em índices de qualidade conjugal e em indicadores de conflitos vivenciados pelo casal.

Conflito conjugal e educação conjugal

O conflito conjugal compõe o rol de elementos constitutivos da vida a dois. É definido como qualquer situação de discordâncias e diferenças de opiniões entre o casal (Cummings & Davies, 2010), e pode ser compreendido a partir de quatro dimensões: frequência, conteúdo, intensidade e resolução (Delatorre, Scheeren, & Wagner, 2017). Para o presente estudo, define-se como frequência a periodicidade com a qual o casal enfrenta conflitos. O conteúdo diz respeito ao assunto sobre o qual há divergências. A intensidade se refere ao nível de tensão emocional desencadeado pelo conflito. Por sua vez, a resolução se refere às estratégias

empreendidas pelos cônjuges para solucioná-lo, as quais têm sido classificadas pela literatura como positivas (ex. acolhida e escuta do ponto de vista do outro) ou negativas (ex. culpabilização do outro, evitação, submissão e agressão verbal) (Delatorre et al., 2017, Gottman, 1993).

O conflito é um dos principais focos de intervenção dos programas de educação conjugal, assim como as habilidades de comunicação, a aprendizagem da autorregulação emocional e o fomento de aspectos que preservam a qualidade do relacionamento, como sexualidade, lazer e apoio (Dion, 2005, Wadsworth & Markman, 2012). Diferentes estudos avaliaram a eficácia dos programas de educação conjugal em produzir mudanças em medidas de conflito, encontrando resultados significativos e com tamanhos de efeito entre pequenos a moderados.

Em sua maioria, as pesquisas investigaram o impacto dos programas nas estratégias de resolução de conflitos utilizadas pelos cônjuges. De maneira geral, há evidências de que a participação nesses programas diminui os índices de conflitos destrutivos, com permanência de efeito em avaliação realizada após um ano (Babcock, Gottman, Ryan, & Gottman, 2013). Outros estudos relataram melhoras nas habilidades de resolução de problemas, com permanência de um ano (O'Halloran, Rizzolo, Cohen, & Wacker, 2013) até cinco anos (Markman, Renick, Floyd, Stanley, & Clements, 1993). Ainda, avaliações realizadas imediatamente após o término dos programas, sem acompanhamento de *follow up*, identificaram indicativos de diminuição no uso da estratégia de afastamento (Antle et al., 2013), aumento na capacidade de escutar o outro, de aceitar críticas, de manejar a raiva de maneira construtiva (Cox & Shirer, 2009), aumento nas interações positivas e diminuição nas interações negativas (Bradford, Drean, Adler-Baeder, Ketring, & Smith, 2017).

No estudo de Fallahchai, Fallahi, e Ritchie (2017), a participação em um programa de educação conjugal diminuiu os índices de uma medida única de conflito, a qual integra aspectos relacionados a temas de conflito, intensidade e resolução. Como se pode ver, há um corpo de evidências atestando o potencial das ações de educação conjugal em produzir melhoras em medidas de conflito conjugal, especialmente nas estratégias de resolução. Entretanto, pouco se sabe a respeito do potencial dessas ações nas dimensões frequência, intensidade e conteúdo dos conflitos.

Qualidade conjugal e educação conjugal

A qualidade conjugal resulta de um processo dinâmico e interativo do casal, sendo influenciada pelo contexto, pelos recursos pessoais de cada um dos cônjuges e pelos processos

adaptativos dos quais o casal lança mão ao longo do tempo (Karney & Bradbury, 1995, Mosmann, Wagner, & Féres-Carneiro, 2006). De acordo com esse entendimento, Halford e Pepping (2017) apresentaram um modelo ecológico do relacionamento conjugal, segundo o qual é a interação entre o casal que produz os níveis de qualidade e de estabilidade do relacionamento, mas essa interação é influenciada pelas características individuais de cada um dos cônjuges, pelos eventos de vida e pelo contexto.

Existe uma tendência de que a qualidade conjugal decline com o passar do tempo (Lavner, Karney, & Bradbury, 2014, Kurdek, 1999), sendo um dos objetivos da educação conjugal prevenir e reduzir esse declínio (Halford & Snyder, 2012). A maior parte dos estudos que avaliam educação conjugal tem investigado uma dimensão da qualidade, que é a satisfação com o relacionamento (Bakhurst, McGuire, & Halford, 2017, Einhorn et al., 2008, Stanley, Amato, Johnson, & Markman, 2006, Williamson, Altman, Hsueh, & Bradbury, 2016). Talvez em decorrência da multidimensionalidade da qualidade conjugal, há um número menor de pesquisas que avaliam este constructo. Em sua maioria, os resultados dessas pesquisas atestam a capacidade da educação conjugal em produzir melhoras na qualidade conjugal imediatamente após o término do programa (Ditzen, Hahlweg, Fehm-Wolfsdorf, & Baucom, 2011), tanto para homens quanto para mulheres (Bradford et al., 2014, Bradford et al., 2017). No estudo de Fallahchai et al. (2017), encontrou-se que a melhora nos índices de qualidade conjugal permaneceu após um ano.

Recentemente, pesquisadores tem buscado refinar os conhecimentos acerca do funcionamento da educação conjugal ao investigar para quem esses programas são mais efetivos. Nesse sentido, os estudos têm investigado se os efeitos dos programas variam conforme o nível de satisfação e de problemas conjugais apresentados pelos casais antes de iniciar o programa. Os estudos têm evidenciado que os casais que iniciam o programa com níveis baixos de satisfação e/ou qualidade conjugal e níveis altos de problemas relacionais são os que obtêm maiores benefícios ao participar de programas educativos, enquanto casais com bons níveis de satisfação e/ou qualidade conjugal e baixos índices de problemas relacionais tendem a apresentar resultados modestos ou não significativos (Carlson, Rappleyea, Daire, Harris, Liu, 2017, DuPree, Whiting, & Harris, 2016, Halford et al., 2015, Halford et al., 2017, Job, Baucom, & Hahlweg, 2017). A diferença entre os resultados obtidos pelos casais em razão da qualidade prévia de seu relacionamento tem sido explicada pela ideia de que os casais com baixos níveis de qualidade possuem mais espaço para o aperfeiçoamento da relação, enquanto os casais com bons níveis relacionais têm um espaço de otimização mais limitado (Allen, Rhoades, Stanley, Loew, & Markman, 2012). Tais resultados ganham importância em razão da

grande procura de programas educativos por casais com baixos níveis de qualidade conjugal, aspecto corroborado na procura pelo programa Viver a dois: Compartilhando este desafio (Neumann, 2017b).

Os primeiros programas de educação conjugal tinham como proposta atingir casais com baixos níveis de problemas relacionais. Supunha-se que, enquanto casais com níveis agravados de problemas poderiam se beneficiar da terapia de casal, não havia estratégias que auxiliassem casais que enfrentam conflitos menores no seu dia a dia. Entretanto, casais com níveis elevados de conflito que não buscavam terapia começaram a procurar a educação conjugal como uma forma alternativa de ajuda (Bradford, Hawkins, & Acker, 2015). Nesse sentido, discriminar o efeito desses programas para casais que vivenciam diferentes intensidades de qualidade e problemas se torna necessário para a elaboração de diretrizes que auxiliem os programas de educação conjugal a ser conduzidos da melhor maneira o possível, atingindo os seus melhores resultados.

O programa Viver a dois: Compartilhando este desafio

O programa psicoeducativo para casais “Viver a dois: Compartilhando esse desafio” é um programa curricular de treinamento de habilidades formado por seis oficinas, as quais são realizadas semanalmente em grupos de casais. Possui carga horária total variando entre 9h para grupos com quatro e cinco casais e 12h para grupos com seis a oito casais. Seu foco principal são os conflitos conjugais, em especial, a forma como os casais resolvem os seus desentendimentos. Além disso, as oficinas trabalham com os mitos conjugais e com aspectos promotores de intimidade, como o resgate do enamoramento e da história do casal, mitos conjugais, sexualidade e lazer a dois (Wagner et al., 2015).

O presente estudo

Considerando a relevância dos programas de educação conjugal para a promoção de saúde nos relacionamentos, este estudo busca avaliar os resultados do programa psicoeducativo para casais “Viver a dois: Compartilhando este desafio” no que diz respeito à qualidade conjugal e a três dimensões do conflito conjugal: frequência, intensidade e estratégias de resolução. Tem-se como hipóteses que: 1) Os participantes que concluíram o programa irão reportar, ao término imediato das oficinas, aumento nos níveis de qualidade conjugal, diminuição na frequência e na intensidade dos conflitos, mais uso da estratégia de resolução de conflitos resolução positiva e menos uso de estratégias negativas, como o envolvimento no conflito, o afastamento e a submissão; 2) Após cinco meses do término do programa, haverá

uma diminuição dos índices de todas as variáveis, ainda que se manterão significativamente melhores do que se apresentavam antes do início do programa; 3) Os participantes que iniciaram o programa com baixos índices de qualidade conjugal apresentar resultados mais expressivos na avaliação pós-teste em comparação com os participantes que iniciaram o programa com altos níveis de qualidade conjugal; e 4) Os participantes que concluíram o programa apresentarão melhores indicadores em todas as variáveis ao serem comparados com um grupo de indivíduos que não receberam a intervenção (grupo controle não-equivalente).

Método

Participantes

Participaram do estudo 65 casais heterossexuais, totalizando 130 sujeitos. Estes 130 participantes se inscreveram para participar em um dos dez grupos oferecidos do programa psicoeducativo “Viver a dois: Compartilhando este desafio”. Concluíram o programa e responderam à avaliação pós-teste 82 participantes (41 casais), integrando o grupo intervenção. Os 48 participantes (24 casais) que não concluíram o programa e/ou não forneceram avaliações pós-teste fizeram parte do grupo de comparação, simulando um delineamento somente pós-teste com grupo controle não equivalente (Barker, Pistrang, & Elliott, 2002). A Figura 1 apresenta a composição da amostra desde o pré-teste até a avaliação de *follow up*.

Os participantes que concluíram o programa e responderam ao pós-teste tinham idade média de 37,23 anos ($DP = 11,38$), com tempo médio de relacionamento de 13,38 anos ($DP = 11,16$). A maior parte dos sujeitos era casado(a) oficialmente e tinha filhos. Parte expressiva da amostra possuía escolaridade em nível superior, completo ou incompleto, exercia atividade remunerada e rendimentos médios de até três salários mínimos. Os participantes que integraram o grupo de comparação tinham idade média de 35,15 anos ($DP = 10,81$) e tempo médio de relacionamento de 10,28 anos ($DP = 11,35$). Em sua maioria, viviam em união estável, possuíam filhos e tinham escolaridade em nível superior, completo ou incompleto. A maior parte dos sujeitos trabalhava e tinha renda pessoal média de até três salários mínimos. As informações sociodemográficas podem ser visualizadas na Tabela 1.

Os dez grupos do programa Viver a dois foram coordenados por equipes formadas por três profissionais atuantes nas áreas da Saúde, Assistência Social e Ensino Superior. Cada grupo foi liderado por uma moderadora, com a assistência de uma auxiliar. Uma observadora acompanhava as oficinas *in loco*, porém, sem intervir no processo. Todas as moderadoras possuíam curso superior e nove delas possuíam ou estavam fazendo pós-graduação, sendo nove

psicólogas e uma pedagoga. As auxiliares e observadoras possuíam curso superior (57,8%, $n = 11$) ou eram estudantes de graduação (42,1%, $n = 8$), atuando nas áreas de psicologia, assistência social, enfermagem e gestão pública. Mais informações sobre as equipes coordenadoras podem ser obtidas em Neumann (2017a).

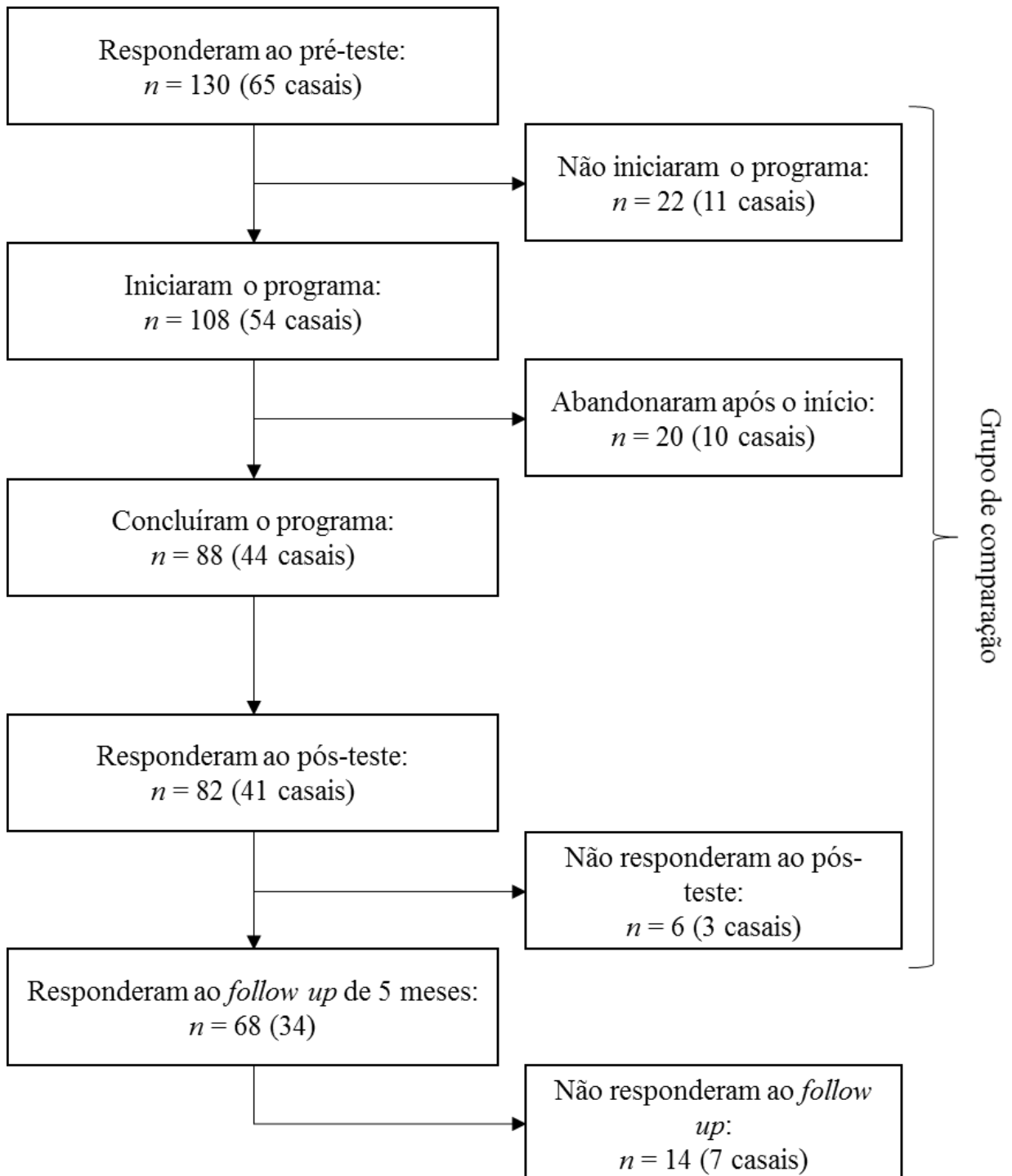


Figura 1. Fluxograma da composição amostral

Tabela 1

Informações sociodemográficas dos participantes

| Variáveis | Grupo intervenção | Grupo de comparação |
|---|-------------------|---------------------|
| | <i>M (DP)</i> | <i>M (DP)</i> |
| Idade | 37,23 (11,38) | 35,15 (10,81) |
| Tempo de relacionamento | 13,38 (11,16) | 10,28 (11,35) |
| Variáveis | Grupo intervenção | Grupo de comparação |
| | <i>% (n)</i> | <i>% (n)</i> |
| Situação conjugal | | |
| União estável | 30,5 (25) | 45,8 (22) |
| Casados | 52,4 (43) | 29,2 (14) |
| Namorando | 17,1 (14) | 20,8 (10) |
| Tem filhos | | |
| Sim | 67,1 (55) | 58,3 (28) |
| Não | 31,7 (26) | 41,7 (20) |
| Escolaridade | | |
| Fundamental Completo ou Incompleto | 12,2 (10) | 12,5 (6) |
| Médio Completo ou Incompleto | 28 (23) | 18,8 (9) |
| Superior Incompleto | 18,3 (15) | 37,5 (18) |
| Superior Completo e Pós-Graduação | 41,5 (34) | 31,3 (15) |
| Trabalha | | |
| Sim | 79,3 (65) | 81,3 (39) |
| Não | 20,7 (17) | 18,8 (9) |
| Renda pessoal | | |
| Sem renda | 18,3 (15) | 25 (12) |
| Até 3 SM (- R\$ 2640,00) | 53,7 (44) | 37,5 (18) |
| De 3 a 6 SM (R\$ 2641,00 – R\$ 5280,00) | 13,4 (11) | 16,7 (8) |
| De 6 a 10 SM (R\$5281,00 – R\$ 8800,00) | 6,1 (5) | 12,5 (6) |
| Mais do que 10 SM (R\$ 8801,00 -) | 8,5 (7) | 8,3 (4) |

Procedimentos

Inicialmente, procedeu-se seleção e treinamento das equipes de profissionais que aplicaram o programa Viver a dois: Compartilhando este desafio. O treinamento foi presencial, coordenado pelos autores deste estudo e seus colaboradores, e teve 10h de duração. O recrutamento dos casais foi realizado tanto com base em técnicas ativas de divulgação, tais como convite pessoal e face a face, quanto a partir de técnicas passivas, como utilização de folders e divulgação em rádios, jornais e redes sociais (Carlson, Daire, & Bai, 2014). O programa foi oferecido gratuitamente.

Uma semana antes do início do programa, os casais interessados no programa participaram de uma reunião informativa acerca dos procedimentos de pesquisa e intervenção. Aqueles que concordaram com os termos propostos assinaram ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e responderam ao pré-teste. Uma semana depois, as oficinas foram iniciadas. Entre uma e duas semanas após o término do programa, os participantes responderam ao pós-teste. Depois de cinco meses do término, os participantes responderam aos mesmos

instrumentos na avaliação de *follow-up*. Após cada uma das oficinas, os profissionais que compunham as equipes respondiam a questionários que avaliavam a fidedignidade entre as instruções do Manual do programa e o desenvolvimento das oficinas.

Instrumentos

Instrumentos aplicados aos moderadores, auxiliares e observadores

Ficha de dados sociodemográficos (Anexo F). Foi desenvolvida para este estudo com a finalidade de obter dados de caracterização das profissionais moderadoras no que diz respeito à idade, formação profissional e contexto de trabalho.

Checklist de avaliação da fidelidade ao Programa (Anexos G a L). Com base no Manual do programa Viver a dois, elaborou-se um *checklist* contendo todos os procedimentos esperados em cada oficina. Dois juízes, psicólogos e conhecedores do programa, pontuaram em escala *Likert* de um a seis o quanto os procedimentos descritos correspondiam às instruções fornecidas no Manual “Viver a dois: Uma proposta psicoeducativa para casais” (Wagner et al., 2015). A média das notas dos juízes foi 5,5, indicando que o *checklist* correspondia satisfatoriamente às instruções fornecidas no Manual. Após cada oficina, os moderadores e auxiliares respondiam ao *checklist* em um questionário online situado na plataforma *Google Forms*. Os observadores o assinalavam em papel, durante a oficina. Cada procedimento esperado foi avaliado em uma escala *Likert* de quatro pontos, em que 1 representa que o moderador não fez o procedimento esperado, 2 representa que o procedimento foi feito de maneira bastante incompleta, 3 indica que foi feito de maneira quase completa e 4 sugere que foi feito de maneira completa.

Instrumentos aplicados aos cônjuges participantes (Anexos B, C e D)

Questionário de dados sociodemográficos. Elaborado para este estudo, foi utilizado para coletar informações acerca dos dados sociodemográficos dos participantes. Foram avaliadas as variáveis idade, condição amorosa, tempo total de relacionamento, filhos, escolaridade, ocupação e renda de cada membro do casal.

Inventário de Qualidade Conjugal de Golombok e Rust (*The Golombok and Rust Inventory of Marital State – GRIMS*; Rust, Bennun, Crowe, & Golombok, 1988; traduzida e adaptada à língua portuguesa por Falcke, 2003). Esta escala mede a qualidade do relacionamento conjugal por meio de cinco dimensões consideradas importantes para um bom relacionamento. São elas: satisfação, comunicação, interesses compartilhados, confiança e respeito. É constituída por 28 itens, pontuados em uma escala *Likert* de 4 pontos (discordo fortemente, discordo, concordo e concordo fortemente). A pontuação é feita através da soma

dos pontos dos 28 itens, resultando em uma medida unidimensional. Quanto maiores os escores obtidos, mais severos são os problemas no relacionamento conjugal. O coeficiente Alfa de Cronbach encontrado nesta amostra foi de 0,86 no pré-teste, 0,83 no pós-teste e 0,88 no follow-up.

Escala de Conflito Conjugal (Buehler & Gerard, 2002, traduzida e adaptada para o português brasileiro por Mosmann, 2007). Possui duas subescalas. A subescala Conflito-agressão avalia a intensidade com que o sujeito maneja o conflito conjugal. É composta por três itens pontuados em escala *Likert* de 5 pontos (nunca, raramente, algumas vezes, frequentemente, sempre). O item 1 mede a frequência com que o sujeito lida de forma calma com os conflitos (codificado invertido), o item 2 avalia a frequência com que o sujeito discute intensamente ou grita com seu parceiro(a) e o item 3 mede a frequência com que o sujeito bate ou atira objetos no parceiro(a). A média das respostas nos três itens compõe o escore final. Nessa subescala, escores maiores representam altos níveis de conflito (Buehler & Gerard, 2002). O coeficiente alfa de Cronbach calculado para o pré-teste foi de 0,45, para o pós-teste foi de 0,48 e para o *follow-up* foi de 0,36. A subescala Conflito-desentendimento avalia a frequência com que o sujeito experimenta desentendimentos com seu parceiro(a) sobre seis temas de conflitos. Pesquisas recentes, porém, têm indicado uma maior amplitude de motivos pelos quais os casais se conflituam (Scheeren, Neumann, Gryzbowsky, & Wagner, 2015). Assim, para este estudo, os temas de conflitos avaliados foram ampliados para 15, de acordo com a revisão efetuada por Scheeren et al. (2015). Os itens foram avaliados em escala *Likert* de 6 pontos (nunca, uma vez ao mês ou menos, diversas vezes ao mês, aproximadamente uma vez por semana, diversas vezes por semana, quase todos os dias), tal como na escala original. Para calcular a frequência total dos conflitos, foi calculada a média com os que os participantes discutiam pelos quinze temas de conflito. O coeficiente alfa de Cronbach calculado para o pré-teste foi de 0,72, para o pós-teste foi de 0,76 e para o follow-up foi de 0,81.

Inventário de Estilos de Resolução de Conflitos (*Conflict Resolution Style Inventory* – CRSI; Kurdek, 1994, traduzido e adaptado para o português brasileiro por Scheeren, Vieira, Goulart, & Wagner, 2014 e validado por Delatorre et al., 2017). Avalia os padrões de resolução de conflitos conjugais em quatro estilos: “resolução positiva dos problemas” (caracterizado pelo uso de compromisso e negociação), “envolvimento no conflito” (quando há ataques pessoais e perda de controle durante uma discussão), “afastamento” (quando o cônjuge se recusa a continuar discutindo um assunto) e “submissão” (quando ocorre desistência em defender a sua posição, adotando uma postura de obediência). O instrumento tem 16 itens medidos em escala *Likert* de cinco pontos (nunca, raramente, algumas vezes, frequentemente, sempre). São

calculadas as médias das respostas de cada subescala. Os alfas de Cronbach calculados para esta amostra nos três tempos variaram entre 0,72 e 0,74 para resolução positiva, entre 0,67 e 0,74 para envolvimento no conflito, entre 0,63 e 0,75 para afastamento e 0,53 e 0,68 para submissão.

Análise dos dados

Prévio a análise dos dados, procedeu-se o tratamento dos *missings* por meio da atribuição da média dos participantes em cada variável. A análise foi realizada em quatro etapas. Em cada uma delas, a normalidade dos dados foi verificada por meio do teste Kolmogorov-Smirnov (K-S). As variáveis com distribuição normal ($p > 0,05$) foram avaliadas por meio de testes paramétricos, e os dados que violaram este pressuposto ($p > 0,05$) foram examinados com o uso de testes não paramétricos. As variáveis que seguiram uma distribuição normal foram expressas em termos de média (M) e desvio-padrão (DP) e as que não apresentaram normalidade em termos de mediana (Mdn) e intervalo interquartilício (IQR). As variáveis discretas foram expressas como frequências e porcentagens.

Foram realizadas análises comparativas entre homens e mulheres em todas as variáveis e em todos os tempos (Documento Suplementar 1, Anexo Z). Encontrou-se diferença estatisticamente significativa apenas na estratégia de resolução de conflitos “envolvimento no conflito”, unicamente no pré-teste, $t(-2,176)=$, $p = 0,031$ (M homens = 2,28, $DP = 0,72$, M mulheres = 2,58, $DP = 0,79$). Uma vez que homens e mulheres apresentaram índices similares nas demais variáveis, as análises posteriores foram realizadas sem distinção de gênero.

Na primeira etapa da análise, buscou-se verificar se ocorreram mudanças nas variáveis investigadas imediatamente após o término do programa. Para tanto, os escores do pré-teste e do pós-teste fornecidos por 82 participantes foram comparados. Aplicou-se o teste t de Student nas variáveis com distribuição normal e o teste de Wilcoxon para amostras relacionadas nas variáveis com distribuição não normal. O teste de Levene atestou a igualdade de variâncias entre as condições avaliadas em todas as variáveis com distribuição normal.

Na segunda etapa, buscou-se investigar se as mudanças identificadas entre o pré-teste e o pós-teste imediato se mantiveram após cinco meses. Desta forma, foram realizadas comparações entre o pré-teste, o pós-teste e o *follow up* fornecidos por 68 participantes que concluíram as avaliações nos três tempos. Para as variáveis com distribuição normal, realizaram-se ANOVA'S de Medidas Repetidas de um fator. O teste de Mauchly indicou que o pressuposto de esfericidade foi atendido nas variáveis frequência dos conflitos, qualidade conjugal e estratégia “envolvimento no conflito” ($p > 0,05$). Intensidade do conflito e

“resolução positiva” violaram o requisito de esfericidade ($p < 0,05$), tendo sido interpretadas conforme a correção de Greenhouse-Geisser. As variáveis que violaram o pressuposto de normalidade foram analisadas a partir do teste não paramétrico de Friedman. Tanto nas ANOVA’S quanto no Teste não paramétrico de Friedman, utilizou-se a correção de Bonferroni para identificar quais grupos diferem entre si. Uma vez que o programa estatístico SPSS não realiza este cálculo automaticamente para testes não paramétricos, foram realizados testes de Wilcoxon, com a correção de Bonferroni. Desta forma, consideraram-se significativos apenas os resultados em que $p < 0,016$.

Na terceira etapa, buscou-se verificar se há diferenças nos resultados do programa Viver a dois de acordo com o nível de qualidade conjugal dos participantes prévio à participação no programa. Para distinguir os participantes com alta e baixa qualidade conjugal, utilizou-se como ponto de corte o nível médio de qualidade do GRIMS (30 a 33 pontos). Assim, os participantes que pontuaram 29 pontos ou menos no pré-teste foram classificados com Alta Qualidade Conjugal ($n = 27$), e os participantes que apresentam 34 pontos ou mais no pré-teste foram classificados com Baixa Qualidade Conjugal ($n = 26$). Os participantes com níveis médios ou indefinidos de qualidade conjugal ($n = 14$) foram excluídos da análise. O teste de K-S atestou a violação do pressuposto de normalidade, na variável intensidade do conflito, no pré-teste e para o grupo com baixa qualidade conjugal. Entretanto, as análises de assimetria (0,80) e curtose (0,45), bem como dos gráficos de caule e folha e de caixa de bigodes indicaram um pequeno desvio de normalidade. Como a ANOVA é robusta para pequenos desvios de normalidade (Dancey & Ready, 2006), manteve-se o uso dessa análise. Todas as variáveis atenderam ao requisito de esfericidade conforme indicado pelo teste de Mauchly ($p > 0,05$), exceto intensidade do conflito ($p < 0,05$). Esta variável foi interpretada conforme a correção de Greenhouse-Geisser. O Teste de Levene atestou a igualdade das variâncias entre os grupos alta e baixa qualidade conjugal em todas as variáveis e em todos os tempos ($p > 0,05$). Assim, realizaram-se ANOVAS fatoriais, considerando a qualidade conjugal pré-intervenção (alta x baixa) como medida entre participantes e a qualidade conjugal, as estratégias de resolução de conflito, a frequência e a intensidade do conflito, avaliadas em três tempos, como medidas dentro participantes.

Na quarta etapa, os escores dos participantes que finalizaram o programa e responderam ao pós-teste (grupo intervenção; $n = 82$) foram comparados com os escores de um grupo de indivíduos que se inscreveu para participar do programa, mas não o concluiu (grupo de comparação; $n = 48$). Às variáveis com distribuição normal se aplicou o teste t de Student, enquanto o teste não paramétrico Mann-Whitney foi utilizado frente à violação da normalidade.

O teste de Levene atestou a igualdade de variâncias nas variáveis qualidade conjugal, frequência do conflito, intensidade do conflito, “resolução positiva” e “submissão”. Em “envolvimento no conflito”, os dados foram interpretados levando-se em conta a desigualdade das variâncias.

Foram calculados tamanhos de efeito para todas as análises, em todas as etapas. Para os Testes *t* de Student, Mann-Whitney e Wilcoxon, calculou-se o *d* de Cohen, para as ANOVA’S, o *partial eta squared* (η_p^2), e para o teste de Friedman, o tamanho de efeito *W* de Kendall. A interpretação dos tamanhos de efeito foi baseada na classificação de Cohen (1988): valores *d* e *W* entre 0,2 e 0,4 representam um efeito pequeno, entre 0,5 e 0,7, um efeito moderado e acima de 0,8, um efeito grande; valores de η_p^2 de 0,01 consiste em um efeito pequeno, 0,06, em um efeito médio e 0,14, em um efeito grande.

Além disso, foram realizadas análises descritivas de médias (*DP*) da fidedignidade das equipes moderadoras ao Manual do programa Viver a dois: Compartilhando este desafio. Todas as análises estatísticas foram realizadas utilizando o software da versão SPSS 21.0 (SPSS, Inc., Chicago, IL, EUA).

Considerações éticas

Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Instituto de Psicologia da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, sob o número CAAE 43881515.6.0000.5334 (Anexo V). Todos os participantes assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (Anexo S), assim como os profissionais que coordenaram as oficinas (Anexos T e U).

Resultados

Fidedignidade ao manual na execução das oficinas

Para verificar se as equipes moderadoras executaram o programa Viver a dois: Compartilhando este desafio conforme a prescrição do Manual (Wagner et al., 2015), foram realizadas análises descritivas da fidedignidade ao Manual segundo a percepção das moderadoras, das auxiliares e das observadoras. Esta avaliação foi realizada por meio de um *checklist* pontuado em escala *Likert* de 1 a 4, no qual 1 representa que o moderador não fez o procedimento esperado e 4 indica que foi feito de maneira completa. Conforme a avaliação das moderadoras, auxiliares e observadoras, a condução das oficinas obteve altos índices de fidedignidade ao Manual do programa Viver a dois (Tabela 2).

Tabela 2

Médias e desvio-padrão do índice de fidelidade ao manual na execução das oficinas.

| | Moderadoras | Auxiliares | Observadoras |
|-----------|---------------|---------------|---------------|
| | <i>M (DP)</i> | <i>M (DP)</i> | <i>M (DP)</i> |
| Oficina 1 | 3,67 (0,23) | 3,85 (0,17) | 3,87 (0,08) |
| Oficina 2 | 3,80 (0,17) | 3,81 (0,20) | 3,85 (0,08) |
| Oficina 3 | 3,78 (0,13) | 3,85 (0,15) | 3,76 (0,18) |
| Oficina 4 | 3,75 (0,14) | 3,86 (0,11) | 3,86 (0,12) |
| Oficina 5 | 3,85 (0,13) | 3,91 (0,12) | 3,83 (0,16) |
| Oficina 6 | 3,78 (0,12) | 3,93 (0,06) | 3,93 (0,08) |

Avaliação de resultados do Programa “Viver a dois: Compartilhando este desafio”

Etapa 1. Comparação entre o pré-teste e o pós-teste

Para verificar se ocorreram mudanças nas variáveis qualidade conjugal, frequência e intensidade do conflito conjugal e estratégias de resolução de conflitos imediatamente após o término do programa, os escores do pré-teste e do pós-teste fornecidos por 82 participantes foram comparados. O teste *t* de Student foi executado nas variáveis com distribuição normal, e o teste de Wilcoxon para amostras relacionadas foi realizado na estratégia de resolução de conflitos “afastamento”, a qual não apresentou distribuição normal.

Foram identificadas diferenças estatisticamente significativas entre o pré-teste e o pós-teste em todas as variáveis testadas (Tabela 3), com tamanhos de efeito pequeno para as variáveis qualidade conjugal e “submissão”, moderado para as variáveis frequência de conflito e “resolução positiva” e alto para as variáveis intensidade do conflito, “envolvimento no conflito” e “afastamento”. Estes resultados confirmam a Hipótese 1, indicando que, imediatamente após o término do programa, os participantes apresentaram melhores índices de qualidade conjugal, menores índices de frequências e de intensidade nos conflitos, mais uso da estratégia resolução positiva e menos uso de estratégias de resolução de conflitos negativas.

Tabela 3

Comparação entre os participantes no pré-teste e no pós-teste

| | Pré-teste | Pós-teste | <i>t</i> de Student(df) | Tamanho de efeito <i>d</i> de Cohen |
|--------------------------|------------------|------------------|------------------------------|-------------------------------------|
| | <i>M</i> (DP) | <i>M</i> (DP) | | |
| Qualidade conjugal*** | 30,77 (10,03) | 28,62 (9,04) | 2,876(80)** | 0,23 |
| Frequência do conflito | 2,19 (0,58) | 1,98 (0,59) | 3,122(81)** | 0,36 |
| Intensidade do conflito | 2,33 (0,61) | 1,81 (0,54) | 6,182(81)** | 0,91 |
| Resolução de conflitos | | | | |
| Resolução Positiva | 3,30 (0,65) | 3,65 (0,60) | -4,949(80)** | 0,56 |
| Envolvimento no conflito | 2,48 (0,72) | 1,77 (0,60) | 7,873(80)** | 1,06 |
| Submissão | 2,33 (0,72) | 2,07 (0,73) | 3,195(80)** | 0,36 |
| | Pré-teste | Pós-teste | <i>Wilcoxon</i> (<i>p</i>) | Tamanho de efeito <i>d</i> de Cohen |
| | <i>Mdn</i> (IQR) | <i>Mdn</i> (IQR) | | |
| Afastamento | 2,67 (1,00) | 2,00 (1,00) | 131,00** | 0,86 |

* $p < 0,05$, ** $p < 0,01$

Nota: ***Escore mais baixos representam melhores índices de qualidade conjugal

Etapa 2. Manutenção dos resultados do programa cinco meses após o término

Para verificar se as mudanças identificadas entre o pré-teste e o pós-teste se mantiveram após cinco meses, foram realizadas comparações entre o pré-teste, o pós-teste e o *follow up* fornecidos por 68 participantes que concluíram as avaliações nos três tempos. Para as variáveis com distribuição normal, foram realizadas ANOVAS de Medidas Repetidas de um fator. Já para as variáveis “afastamento” e “submissão”, que violaram o pressuposto de normalidade dos dados, utilizou-se o teste não paramétrico de Friedman. Diferenças estatisticamente significativas foram observadas entre os três tempos nas variáveis intensidade do conflito, “resolução positiva”, “envolvimento no conflito”, “afastamento” e “submissão”, com tamanhos de efeito oscilando entre médio e alto nessas variáveis (Tabela 4).

Comparações com o ajuste de Bonferroni indicaram que a diminuição na frequência e na intensidade do conflito, assim como o aumento no uso da “resolução positiva” ocorridos logo após o término do programa se mantiveram após cinco meses (Tabela 5), diferentemente do esperado. Conforme previsto, ocorreu um aumento estatisticamente significativo nas estratégias “envolvimento no conflito” e “afastamento” entre o pós-teste e o follow-up, mas estes índices se mantiveram menores do que eram no pré-teste. A diminuição ocorrida no uso da “submissão” entre o pré e o pós-teste não se manteve significativa após cinco meses. Qualidade conjugal não apresentou diferenças estatisticamente significativas em nenhum dos tempos. Desta forma, a Hipótese 2 foi parcialmente confirmada.

Tabela 4

Comparação entre os participantes no pré-teste, pós-teste e follow up

| | Pré-teste | Pós-teste | Follow up | ANOVA F(df) | Tamanho de efeito η_p^2 |
|--------------------------|---------------|--------------|---------------|-------------------|--------------------------------|
| | M (DP) | M (DP) | M (DP) | | |
| Qualidade conjugal | 30,39 (10,60) | 28,34 (9,33) | 28,86 (10,76) | 2,753(2) | 0,04 |
| Frequência do conflito | 2,19 (0,60) | 1,95 (0,56) | 1,96 (0,67) | 7,261(2)** | 0,10 |
| Intensidade do conflito | 2,29 (0,62) | 1,74 (0,49) | 1,86 (0,52) | 25,083(1,78)** | 0,27 |
| Resolução de conflitos | | | | | |
| Resolução Positiva | 3,35 (0,67) | 3,72 (0,61) | 3,67 (0,70) | 14,357(1,71)** | 0,18 |
| Envolvimento no conflito | 2,42 (0,72) | 1,73 (0,60) | 1,94 (0,65) | 29,441(2)** | 0,31 |
| | Pré-teste | Pós-teste | Follow up | Teste de Friedman | Tamanho de efeito W de Kendall |
| | Mdn (IQR) | Mdn (IQR) | Mdn (IQR) | | |
| Afastamento | 3,00 (1,00) | 2,00 (0,67) | 2,00 (0,67) | 40,116** | 0,30 |
| Submissão | 2,33 (1,33) | 2,00 (1,33) | 2,00 (1,33) | 9,882** | 0,08 |

* $p < 0,05$, ** $p < 0,01$

Etapa 3. Resultados do programa considerando a qualidade conjugal dos participantes no pré-teste

Com a finalidade de verificar se há diferenças nos resultados do programa Viver a dois de acordo com o nível de qualidade conjugal dos participantes antes da participação no programa, foram realizadas comparações entre o pré-teste, o pós-teste e o *follow up* considerando a qualidade conjugal prévia alta ou baixa como medida entre participantes. Realizou-se uma ANOVA fatorial, considerando a qualidade conjugal pré-intervenção (alta x baixa) como medida entre participantes e a qualidade conjugal, a frequência e a intensidade dos conflitos e as estratégias de resolução de conflito, avaliadas em três tempos, como medidas dentre participantes.

A Tabela 6 apresenta os resultados da interação entre a qualidade conjugal e o tempo. Nota-se interação estatisticamente significativa apenas entre a qualidade conjugal prévia ao programa e os índices de qualidade conjugal nos três tempos, com tamanho de efeito moderado. A análise das médias e desvios-padrão permite identificar que os participantes que iniciaram o programa com alta qualidade conjugal apresentaram poucas mudanças nas avaliações de pós-teste e de *follow-up*, enquanto os participantes que iniciaram o programa com baixos níveis de qualidade conjugal apresentaram aumento na qualidade conjugal após a participação no programa, com posterior diminuição passados cinco meses do seu término. Não se observou interação entre a qualidade conjugal prévia ao programa com as variáveis frequência e intensidade do conflito, bem como com as estratégias de resolução de conflitos. Desta forma, a Hipótese 3 foi confirmada apenas parcialmente.

Tabela 5

Comparações em pares entre os escores do pré-teste, pós-teste e follow up

| | Pré-teste x Pós-teste | | Pré-teste x <i>Follow up</i> | | Pós-teste x <i>Follow up</i> | |
|--------------------------|-----------------------|-------------------------------------|------------------------------|-------------------------------------|------------------------------|-------------------------------------|
| | <i>Diferença (p)</i> | Tamanho de efeito <i>d</i> de Cohen | <i>Diferença (p)</i> | Tamanho de efeito <i>d</i> de Cohen | <i>Diferença (p)</i> | Tamanho de efeito <i>d</i> de Cohen |
| Qualidade conjugal | 2,05 (0,059) | 0,21 | 1,52 (0,343) | 0,14 | -0,52 (0,905) | 0,05 |
| Intensidade do conflito | 0,56 (<0,001) | 0,98 | 0,44 (<0,001) | 0,75 | -0,12 (0,250) | 0,24 |
| Resolução Positiva | -0,37 (<0,001) | 0,58 | -0,32 (0,001) | 0,47 | 0,05 (1,000) | 0,08 |
| Envolvimento no conflito | 0,68 (<0,001) | 1,04 | 0,48 (<0,001) | 0,70 | -0,20 (0,031) | 0,33 |

| | Pré-teste x Pós-teste | | Pré-teste x <i>Follow up</i> | | Pós-teste x <i>Follow up</i> | |
|-------------|-----------------------|-------------------------------------|------------------------------|-------------------------------------|------------------------------|-------------------------------------|
| | <i>Wilcoxon (p)</i> | Tamanho de efeito <i>d</i> de Cohen | <i>Wilcoxon (p)</i> | Tamanho de efeito <i>d</i> de Cohen | <i>Wilcoxon (p)</i> | Tamanho de efeito <i>d</i> de Cohen |
| Afastamento | 32,00 (<0,001) | 0,92 | 367,00 (<0,001) | 0,53 | 1156,00 (0,003) | 0,36 |
| Submissão | 379,50 (0,003) | 0,38 | 568,50 (0,058) | 0,22 | 806,50 (0,172) | 0,18 |

Tabela 6

Comparação entre os participantes com alta e baixa qualidade conjugal no pré-teste, pós-teste e follow up

| | Alta qualidade (Pré-teste) | | | Baixa qualidade (Pré-teste) | | | Interação entre tempo e qualidade conjugal | |
|--------------------------|----------------------------|---------------|------------------|-----------------------------|---------------|------------------|--|------------------------------|
| | Pré-teste | Pós-teste | <i>Follow up</i> | Pré-teste | Pós-teste | <i>Follow up</i> | ANOVA F(df) | Tamanho de efeito η_p^2 |
| | <i>M (DP)</i> | <i>M (DP)</i> | <i>M (DP)</i> | <i>M (DP)</i> | <i>M (DP)</i> | <i>M (DP)</i> | | |
| Qualidade conjugal | 23,74 (3,80) | 23,00 (6,56) | 21,96 (7,02) | 41,27 (4,91) | 35,73 (6,21) | 37,42 (8,42) | 4,002(2)* | 0,07 |
| Frequência do conflito | 2,02 (0,57) | 1,85 (0,51) | 1,72 (0,54) | 2,44 (0,51) | 2,11 (0,50) | 2,24 (0,66) | 1,577(1,74) | 0,03 |
| Intensidade do conflito | 2,08 (0,64) | 1,69 (0,48) | 1,86 (0,50) | 2,42 (0,55) | 1,80 (0,50) | 1,81 (0,52) | 2,228 (1,75) | 0,04 |
| Resolução de conflitos | | | | | | | | |
| Resolução Positiva | 3,47 (0,62) | 3,88 (0,57) | 3,86 (0,63) | 1,19 (0,72) | 3,54 (0,53) | 3,67 (0,62) | 0,243(2) | 0,01 |
| Envolvimento no conflito | 2,29 (0,69) | 1,76 (0,63) | 1,76 (0,60) | 2,52 (0,61) | 1,74 (0,51) | 2,15 (0,64) | 2,161(2) | 0,04 |
| Afastamento | 2,53 (0,75) | 1,98 (0,72) | 2,17 (0,76) | 3,01 (0,80) | 2,25 (0,73) | 2,56 (0,82) | 0,445(2) | 0,01 |
| Submissão | 2,22 (0,65) | 2,01 (0,74) | 2,09 (0,71) | 2,40 (0,72) | 2,11 (0,79) | 2,16 (0,67) | 0,204(2) | 0,01 |

* $p < 0,05$, ** $p < 0,01$

Etapa 4. Comparação entre os participantes que concluíram o programa com um grupo de comparação não equivalente

Como estratégia adicional para avaliar o efeito do programa Viver a dois, utilizou-se como procedimento de análise um delineamento somente pós-teste com grupo controle não equivalente (Barker et al., 2002). Os escores dos participantes que finalizaram o programa e responderam ao pós-teste ($n = 82$) foram comparados com os escores de um grupo de voluntários que se inscreveu para participar do programa, mas não efetivou sua participação ou não o concluiu ($n = 48$). Para esta análise, os escores pós-teste do grupo intervenção foram comparados com os escores disponíveis (pré-teste) do grupo de comparação, tomando ambos como medidas pós-teste.

Para averiguar a semelhança entre os grupos nas variáveis sociodemográficas, foram realizadas análises comparativas. Os resultados indicaram similaridade entre o grupo de intervenção e o grupo de comparação nas variáveis idade ($t(127)=1,018, p = 0,311, d = 0,19$) situação conjugal ($\chi^2 = 5,959, p = 0,051, d = 0,22$), filhos ($\chi^2 = 1,203, p = 0,273, d = 0,010$), escolaridade ($\chi^2 = 6,304, p = 0,098, d = 0,22$), exercício profissional remunerado ($\chi^2 = 0,074, p = 0,785, d = 0,02$) e renda ($\chi^2 = 4,001, p = 0,406, d = 0,16$). Contudo, os participantes do grupo intervenção possuíam um tempo total de relacionamento maior ($Mdn = 11, IQR = 18,20$) do que os participantes do grupo de comparação ($Mdn = 7,40, IQR = 9,91, U Mann-Whitney = 1466,00$), $p = 0,046, d = 0,21$). As médias e frequências dos participantes em cada variável podem ser visualizadas na Tabela 1.

Diferenças estatisticamente significativas foram observadas entre os participantes que concluíram o programa e o grupo de comparação, confirmando parcialmente a quarta Hipótese. As análises comparativas indicam que os participantes do grupo intervenção apresentaram melhores níveis de qualidade conjugal, menos frequência e intensidade nos conflitos, uso mais frequente da estratégia “resolução positiva” e uso menos frequente das estratégias “afastamento” e “envolvimento no conflito” do que os casais do grupo de comparação (Tabela 7). Os tamanhos de efeito oscilaram entre médio para qualidade conjugal, frequência e intensidade do conflito e “resolução positiva”; e alto para “envolvimento no conflito” e “afastamento”. Na estratégia “submissão”, não houve diferenças estatisticamente significativas entre os grupos.

Tabela 7

Comparação entre os participantes do grupo intervenção e do grupo controle

| | Grupo intervenção | Grupo de comparação | <i>t</i> de Student(<i>df</i>) | Tamanho de efeito <i>d</i> de Cohen |
|--------------------------|------------------------|------------------------|----------------------------------|--|
| | <i>M</i> (<i>DP</i>) | <i>M</i> (<i>DP</i>) | | |
| Qualidade conjugal | 28,45 (9,11) | 34,73 (10,41) | -3,594(128)** | 0,65 |
| Frequência do conflito | 1,98 (0,59) | 2,31 (0,71) | -2,841(128)** | 0,52 |
| Intensidade do conflito | 1,81 (0,54) | 2,13 (0,59) | -3,088(128)** | 0,57 |
| Resolução dos conflitos | | | | |
| Resolução Positiva | 3,66 (0,62) | 3,34 (0,74) | 2,698(128)** | 0,48 |
| Envolvimento no conflito | 1,77 (0,60) | 2,35 (0,85) | -4,586(74,75)** | 0,83 |
| Submissão | 2,07 (0,72) | 2,29 (0,82) | -1,615(128) | 0,29 |
| | Grupo intervenção | Grupo de comparação | <i>U</i> Mann-Whitney | Tamanho de efeito <i>d</i> de Cohen |
| | <i>Mdn</i> (IQR) | <i>Mdn</i> (IQR) | | |
| Afastamento | 2,00 (1,00) | 2,67 (1,00) | 2584,50** | 0,81 |

* $p < 0,05$, ** $p < 0,01$

Discussão

A educação conjugal tem sido empregada em diferentes países como forma de desenvolver habilidades relacionais e de prevenir o declínio na satisfação e na qualidade dos relacionamentos. Este estudo avaliou os resultados do programa psicoeducativo para casais “Viver a dois: Compartilhando este desafio”, enfocando a sua capacidade de produzir mudanças na qualidade dos relacionamentos e em três medidas de conflito conjugal: frequência dos conflitos, intensidade das discussões e estratégias de resolução de conflitos.

Conforme previsto na Hipótese 1, os indivíduos que participaram do programa reportaram, ao término imediato das oficinas, aumento nos níveis de qualidade conjugal, diminuição na frequência e na intensidade dos conflitos, uso mais frequente da estratégia de resolução de conflitos “resolução positiva” e menos uso das estratégias “envolvimento no conflito”, “afastamento” e “submissão”. A literatura apresenta resultados sólidos acerca da capacidade dos programas de educação conjugal em produzir melhoras imediatas na qualidade da relação conjugal (Ditzen et al., 2011, Bradford et al., 2014) e nas estratégias de resolução de conflitos (Antle et al., 2013, Bradford et al., 2017, Cox & Shirer, 2009), aspecto corroborado neste estudo. Ressaltam-se os resultados que evidenciam a diminuição, também, na intensidade e na frequência dos conflitos, aspectos ainda não investigados em outros estudos.

Quando se trata da manutenção destes resultados em longo prazo, a literatura apresenta dados controversos. Alguns estudos apontam para a não permanência da mudança (ex. Halford et al., 2017), e outros atestam que os resultados em qualidade e conflito conjugal se mantêm

após pelo menos seis meses (ex. Babcock et al., 2013, Fallahchai et al., 2017, Hawkins & Fellows, 2011). Em estudo realizado ainda na década de 1990, Markman et al. (1993) evidenciaram que a falta de contingências de reforço no ambiente natural dos casais contribuiu para o enfraquecimento dos resultados a longo prazo. Pautados nesse conjunto de resultados, tinha-se como segunda Hipótese que, após cinco meses do término do programa, os índices de todas as variáveis diminuiriam, mas se manteriam significativamente melhores do que eram antes do início do programa. Isso ocorreu para as estratégias de “envolvimento no conflito” e “afastamento”. Contrário a essa Hipótese, porém, o aumento no uso da “resolução positiva” e a diminuição na frequência e na intensidade dos conflitos se mantiveram após cinco meses do término do programa, sem mudanças estatisticamente significativas entre o pré-teste e o *follow-up*. Estes resultados podem ser considerados melhores do que o previsto inicialmente. Entretanto, o uso da estratégia de “submissão” não se manteve, após cinco meses, significativamente menor do que era no pré-teste, e a qualidade conjugal não apresentou diferenças estatisticamente significativas em nenhum dos tempos.

De maneira aparentemente controversa, a intensidade do conflito se manteve reduzida após cinco meses, enquanto o uso da estratégia de “envolvimento no conflito” apresentou um aumento nesse período. O “envolvimento no conflito” diz respeito ao uso de ataques pessoais, insultos e perda do controle frente a um desentendimento (Kurdek, 1994, Delatorre et al., 2017), sendo avaliada por meio de itens que referiam indicativos de conflitos verbais. Já a intensidade dos conflitos oscila entre a discussão calma até o agredir e atirar objetos no(a) parceiro(a), caracterizando uma escalada até a violência física. Nesse sentido, supõe-se que o programa pode ter contribuído para evitar a escalada do conflito, uma vez que, quando os casais utilizam uma estratégia destrutiva como o “envolvimento no conflito”, conseguem encerrar a discussão antes que ela se torne mais intensa e evolua para o uso da agressão física. No estudo de Markman et al. (1993), dentre os poucos resultados que permaneceram após cinco anos do término de um programa de educação conjugal, manteve-se uma tendência do casal de utilizar menos a escalada do conflito. Esta mudança se mostra significativa uma vez que a severidade, o número de problemas e os temas de conflitos enfrentados pelos cônjuges tendem a se manter estáveis com o passar dos anos, quando o casal não participa de programas educativos (Lavner et al., 2014). Assim, interferir nessa dinâmica reduzindo os níveis de conflitos intensos é um resultado importante.

O aumento no uso da estratégia de “afastamento” após cinco meses deve ser analisado com cautela. O “afastamento” diz respeito à recusa em discutir o problema em questão, afastando-se ou excluindo o parceiro(a) (Kurdek, 1994, Delatorre et al., 2017). A literatura

aponta esta como uma das estratégias de resolução de conflitos mais danosas para a relação (Gottman & Krokoff, 1989, Kuster et al., 2015). Entretanto, pode-se hipotetizar que a interrupção na escalada para situações mais intensas leve os participantes a lançar mão de outras estratégias, como o “afastamento” e, talvez, a “submissão”. A “submissão” ocorre quando um dos membros do casal é condescendente, desiste de defender seu ponto de vista e aceita passivamente a opinião do outro (Kurdek, 1994, Delatorre et al., 2017). Assim, talvez essas estratégias sejam utilizadas após o uso do “envolvimento do conflito”, como uma forma de evitar que discussões com alta carga emocional evoluam para situações mais intensas. Há evidências de que indivíduos que têm filhos usam mais as estratégias de “afastamento” e de “submissão” em comparação com os que não os têm (Delatorre et al., 2017). Isso evidencia que essas estratégias podem ser utilizadas como uma opção frente a situações do contexto, como ter filhos, podendo ser usadas também frente a situações de afeto intenso. Contudo, essa hipótese precisa de mais estudos para que possa ser atestada.

Apesar do aumento, na avaliação de *follow-up*, nas três estratégias de resolução de conflitos consideradas destrutivas pela literatura (“envolvimento no conflito”, “afastamento” e “submissão”), é necessário ressaltar que o uso dessas estratégias se manteve significativamente menor do que era antes do início do programa. Além disso, após cinco meses, os participantes mantiveram o aumento no uso da estratégia “resolução positiva”, caracterizada pelo uso do compromisso e da negociação (Kurdek, 1994, Delatorre et al., 2017). Pode-se pensar que seja mais difícil para os cônjuges eliminar comportamentos disfuncionais do que acrescentar comportamentos funcionais ao rol de estratégias utilizadas em seu cotidiano. Casais que já participaram de programas de educação conjugal e que acabaram por se separar posteriormente alegaram que as estratégias aprendidas foram de difícil implementação no dia a dia do relacionamento, especialmente em momentos de brigas intensas (Scott, Rhoades, Stanley, Allen, & Markman, 2013). No entanto, o aumento com permanência nos índices de uso da resolução positiva é de grande importância. Pesquisas evidenciam que a capacidade dos cônjuges de compreender a perspectiva do outro e o aumento no uso de comportamentos afetivos tendem a reverberar na satisfação e no comprometimento com o relacionamento (Kellas, Carr, Horstman, & Dilillo, 2017, Rauer et al., 2014).

É necessário ressaltar que, enquanto na Etapa 1 do estudo, quando se considerou dados de 82 participantes, encontrou-se diferenças estatisticamente significativas entre o pré-teste e o pós-teste na qualidade conjugal, na Etapa 2, em que se dispunham de dados de 68 indivíduos, essa diferença não foi mais encontrada. É possível que essa divergência de resultados se deva à perda amostral que ocorreu entre a Etapa 1 e a Etapa 2. No entanto, também é importante ter

em conta que a qualidade conjugal é um conceito multidimensional, que abrange diferentes aspectos da vida a dois. Segundo o modelo apresentado por Halford e Pepping (2017), a interação conjugal sofre influência das características individuais de cada um dos cônjuges, dos eventos de vida e do contexto. Há evidências de que o nível de estresse dos cônjuges no trabalho, por exemplo, influencia negativamente na relação conjugal (Sears, Repetti, Robles, & Reynolds, 2016, Timmons, Arbel, & Margolin, 2017). Além disso, nos estudos revisados, apenas a investigação de Fallahchai et al. (2017) atestou a permanência dos resultados de educação conjugal na qualidade do relacionamento a longo prazo. Assim, pode-se pensar que os aspectos trabalhados no programa Viver a dois foram insuficientes para gerar mudanças em um domínio da relação que compreende tantos outros aspectos, como é a qualidade conjugal.

Análises complementares demonstraram a existência de interação entre os resultados do programa para qualidade conjugal nos três tempos com a qualidade conjugal prévia ao início do programa, com tamanho de efeito médio. Se utilizarmos o nível de classificação da qualidade conjugal proposto por Rust et al. (1988), evidencia-se que os participantes que iniciaram o programa com níveis altos de qualidade conjugal permaneceram desde o pré-teste até o *follow-up* no mesmo nível, qual seja, de uma qualidade “Boa”. Por sua vez, aqueles que iniciaram o programa com qualidade no nível “Ruim” apresentaram melhoras consideradas mais expressivas após o programa, passando para o nível de qualidade “Pobre”. Assim, percebe-se que quem inicia o programa com baixos níveis de qualidade conjugal apresenta mudanças mais demarcadas do que os casais que iniciam com alta qualidade. Entretanto, essas mudanças não são suficientes para produzir níveis bons de qualidade nos casais que iniciam o programa com baixos níveis nessa variável. Resultados similares também foram constatados no estudo de Allen et al. (2012) ao comparar casais com e sem história de infidelidade. Os autores afirmam que os casais com mais problemas relacionais possuem mais espaço para o aperfeiçoamento da relação, enquanto os casais que já iniciam o programa com bons indicadores possuem um espaço de otimização mais limitado. Cabe ressaltar que a qualidade conjugal prévia ao início do programa não teve relação com as mudanças observadas na frequência, intensidade e estratégias de resolução de conflitos, de modo que os ganhos nessas variáveis ocorreram tanto para os casais que iniciaram o programa com altos níveis de qualidade conjugal quanto para aqueles que iniciaram com maiores problemas relacionais. Esses resultados corroboram a literatura (Carlson et al., 2017, DuPree et al., 2016, Halford et al., 2015, Job et al., 2017) ao demonstrar que casais com baixos níveis de qualidade conjugal podem se beneficiar de programas com caráter de promoção e prevenção da saúde, como são os programas de educação

conjugal. No entanto, esses casais podem necessitar de estratégias adicionais para que consigam atingir níveis considerados bons de qualidade na sua relação.

A quarta Hipótese investigada nesse estudo alegava que os participantes que concluíram o programa apresentariam melhores indicadores em todas as variáveis ao serem confrontados com um grupo de comparação que buscou o programa, mas não efetivou ou concluiu sua participação. Essa Hipótese foi parcialmente confirmada, uma vez que os participantes que concluíram o programa apresentaram melhores níveis de qualidade conjugal, menos frequência e intensidade nos conflitos, uso mais frequente da estratégia “resolução positiva” e uso menos frequente das estratégias “envolvimento no conflito” e “afastamento” do que os casais do grupo de comparação, com tamanhos de efeito oscilando entre médio e alto. Não se encontrou diferenças estatisticamente significativas para a estratégia de “submissão”. Esta foi a única das variáveis relacionadas ao conflito conjugal que não se manteve melhor do que no pré-teste após cinco meses do término do programa, indicando que é uma variável de difícil modificação no dia a dia dos casais. Talvez isso ocorra porque o uso da submissão auxilia a diminuir a intensidade dos conflitos. Entretanto, a longo prazo, essa é uma estratégia deletéria para o relacionamento, pois implica em uma relação na qual um dos cônjuges desiste frequentemente dos seus desejos e pontos de vista.

Este estudo tem limitações que precisam ser consideradas na interpretação e generalização dos resultados. Primeiramente, é necessário considerar que a utilização de um delineamento quase-experimental, sem a existência de grupo controle randomizado, provê dados importantes, mas não conclusivos para a avaliação do programa Viver a dois. Além disso, devido ao tamanho da amostra, não foi possível realizar análises que levassem em conta a interdependência entre os participantes, que foram analisados individualmente, mas participaram do programa enquanto casais.

Levando isso em conta, de maneira geral, os resultados do presente estudo demonstram que o programa Viver a dois contribuiu para reduzir a frequência e a intensidade dos conflitos conjugais, bem como para aumentar a frequência de uso da estratégia de resolução de conflitos resolução positiva e diminuir a frequência de uso das estratégias de resolução de conflitos envolvimento no conflito e afastamento, resultados que se mantêm, após cinco meses do término do programa, melhores do que eram antes de seu início, com tamanhos de efeito moderados a alto. Os resultados nessas variáveis são melhores para os participantes que concluíram o programa do que para um grupo de comparação que também demonstrou interesse no programa, mas não participou dele. Essas evidências demarcam a capacidade do programa Viver a dois em produzir melhoras em indicadores de conflito conjugal.

Referências

- Allen, E. S., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., Loew, B. A., & Markman, H. J. (2012). The effects of marriage education for army couples with a history of infidelity. *Journal of Family Psychology, 26*(1), 26–35. doi:10.1037/a0026742
- Antle, B., Sar, B., Christensen, D., Karam, E., Ellers, F., Barbee, A., & Zyl, M. van. (2013). The impact of the Within My Reach relationship training on relationship skills and outcomes for low-income individuals. *Journal of Marital and Family Therapy, 39*(3), 346 – 357. doi: 10.1111/j.1752-0606.2012.00314.x
- Babcock, J. C., Gottman, J. M., Ryan, K. D., & Gottman, J. S. (2013). A component analysis of a brief psycho-educational couples' workshop: One-year follow-up results. *Journal of Family Therapy, 35*(3), 252–280. doi: 10.1111/1467-6427.12017
- Bakhurst, M. G., McGuire, A. C. L., & Halford, W. K. (2017). Relationship education for military couples: A pilot randomized controlled trial of the effects of Couple CARE in Uniform. *Journal of Couple & Relationship Therapy, 16*(3), 167 – 187. doi: 10.1080/15332691.2016.1238797
- Barker, C., Pistrang, N., & Elliott, R. (2002). *Research methods in clinical psychology* (2nd ed.). *An introduction for students and practitioners*. England: John Wiley & Sons.
- Bradford, A. B., Adler-Baeder, F., Ketring, S. A., Bub, K. L., Pittman, J. F., Smith, T. A. (2014). Relationship quality and depressed affect among a diverse sample of relationally unstable relationship education participants. *Family Relations, 63*(2), 219 – 231. doi: 10.1111/fare.12064
- Bradford, A. B., Drean, L., Adler-Baeder, F., Ketring, S. A., & Smith, T. A. (2017). It's about time! Examining received dosage and program duration as predictors of change among non-distressed and distressed married couple and relationship education participants. *Journal of Marital and Family Therapy, 43*(3), 391-409. doi: 10.1111/jmft.12209.
- Bradford, A. B., Hawkins, A. J., & Acker, J. (2015). If we build it, they will come: Exploring policy and practice implications of public support for couple and relationship education for lower income and relationally distressed couples. *Family Process, 54*(4), 639 – 654. doi: 10.1111/famp.12151
- Buehler, C., & Gerard, J. M. (2002). Marital conflict, ineffective parenting and children's and adolescents' maladjustment. *Journal of Marriage and Family, 64*(1), 78–92. doi: 10.1111/j.1741-3737.2002.00078.x

- Carlson, R. G., Daire, A. P., & Bai, H. (2014). Examining relationship satisfaction and individual distress for low-to-moderate income couples in relationship education. *The Family Journal*, 22(3), 282–291. doi:10.1177/1066480714529741
- Carlson, R. G., Rappleyea, D. L., Daire, A. P., Harris, S. M., Liu, X. (2017). The effectiveness of couple and individual relationship education: Distress as a moderator. *Family Process*, 56(1), 91 – 104. doi: 10.1111/famp.12172
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Cox, R. B., & Shirer, K. A. (2009). Caring for my Family: A pilot study of a relationship and marriage education program for low-income unmarried parents. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 8(4), 343 – 364. doi: 10.1080/15332690903246127
- Cummings, E. M. & Davies, P. T. (2010). *Marital conflict and children: An emotional security perspective*. New York, NY: Guilford
- Davies, P. T., Martin, M. J., Sturge-Apple, M. L., Ripple, M. T., & Cicchetti, D. (2016). the distinctive sequelae of children’s coping with interparental conflict: Testing the reformulated Emotional Security Theory. *Developmental Psychology* 52(10), 1646 – 1665. doi: 10.1037/dev0000170
- Delatorre, M. Z., Scheeren, P., & Wagner, A. (2017). Conflito conjugal: Evidências de validade de uma escala de resolução de conflitos em casais do sul do Brasil. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 35(1), 79 – 94. doi: 10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.3742
- Dion, M. R. (2005). Healthy marriage programs: Learning what works. *Center for the Future of Children, the David and Lucile Packard Foundation*, 15, 139 – 56. Retrieved from <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16158734>
- Ditzen, B., Hahlweg, K., Fehm-Wolfsdorf, G., & Baucom, D. (2011). Assisting couples to develop healthy relationships: Effects of couples relationship education on cortisol. *Psychoneuroendocrinology*, 36(5), 597 – 607. doi: 10.1016/j.psyneuen.2010.07.019
- DuPree, D. G., Whiting, J. B., & Harris, S. M. (2016). A person-oriented analysis of couple and relationship education. *Family Relations*, 65(5), 635–646. doi: 10.1111/fare.12222
- Einhorn, L., Williams, T., Stanley, S. M., Wunderlin, N., Markman, H. J., & Eason, J. (2008). PREP inside and out: Marriage education for inmates. *Family Process*, 47(3), 341–56. doi: 10.1111/j.1545-5300.2008.00257.x

- Falcke, D. (2003). *Águas passadas não movem moinhos? As experiências na família de origem como predictoras da qualidade do relacionamento conjugal*. Tese de Doutorado. Faculdade de Psicologia da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul.
- Fallahchai, R., Fallahi, M., & Ritchie, L. L. (2017). The impact of PREP training on marital conflicts reduction: A randomized controlled trial with Iranian distressed couples. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, *16*(1), 61-76. doi: 10.1080/15332691.2016.1238793
- Gottman, J. M. (1993). The roles of conflict engagement, escalation, and avoidance in marital interaction: A longitudinal view of five types of couples. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *61*(1), 6 – 15. doi: 10.1037//0022-006X.61.1.6
- Gottman, J. M., & Krokoff, L. J. (1989). Marital interaction and satisfaction: A longitudinal view. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *57*(1), 47 – 52. doi: 10.1037//0022-006X.57.1.47
- Halford, W. K., & Bodenmann, G. (2013). Effects of relationship education on maintenance of couple relationship satisfaction. *Clinical Psychology Review*, *33*(4), 512–525. doi:10.1016/j.cpr.2013.02.001
- Halford, W. K., Markman, H. J., Kline, G. H., & Stanley, S. M. (2003). Best practice in couple relationship education. *Journal of Marital and Family Therapy*, *29*(3), 385–406. doi: 10.1111/j.1752-0606.2003.tb01214.x
- Halford, W. K., & Pepping, C. A. (2017). An ecological model of mediators of change in couple relationship education. *Current Opinion in Psychology*, *13*, 39 – 43. doi: 10.1016/j.copsyc.2016.04.007
- Halford, W. K., Pepping, C. A., Hilpert, P., Bodenmann, G., Wilson, K. L., Busby, D., ... Holman, T. (2015). Immediate effect of couple relationship education on low satisfaction couples: A randomized clinical trial plus an uncontrolled trial replication. *Behavior Therapy*, *46*(3), 409 – 421. doi: 10.1016/j.beth.2015.02.001
- Halford, W. K., Rahimullah, R. H., Wilson, K. L., Occhipinti, S., Busby, D. M., Larson, J. (2017). Four year effects of couple relationship education on low and high satisfaction couples: A randomized clinical trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *85*(5), 495 – 507. DOI: 10.1037/ccp0000181
- Halford, W. K., & Snyder, D. K. (2012). Universal processes and common factors in couple therapy and relationship education. *Behavior Therapy*, *43*(1), 1–12. doi: 10.1016/j.beth.2011.01.007

- Hawkins, A. J., & Fellows, K. J. (2011). *A meta-analytic study of the effectiveness of healthy marriage and relationship education programs*. United States of America: National Healthy Marriage Resource Center.
- Job, A. K., Baucom, D. H., & Hahlweg, K. (2017). Who benefits from couple relationship education? Findings from the largest German CRE study. *Journal of Couple & Relationship Therapy, 16*(2), 79 – 101. doi: 10.1080/15332691.2016.1178616
- 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*(1), 3 – 34. doi: 10.1037//0033-2909.118.1.3
- Kellas, J. K., Carr, K., Horstman., H. K., & Dilillo, D. (2017). The communicated perspective-taking rating system and links to well-being in marital conflict. *Personal Relationships, 24*(1), 185 – 202. doi: 10.1111/pere.12177
- Kubricht, B. C., & Miller, R. B., Li, T. S., Hsiao, Y. L. (2017). Marital conflict and health in Taiwan: A dyadic longitudinal analysis. *Contemporary Family Therapy, 39*(2), 87 – 96. doi: 10.1007/s10591-017-9404-3
- Kurdek, L. A. (1994). Conflict resolution styles in gay, lesbian, heterosexual nonparent, and heterosexual parent couples. *Journal of Marriage and the Family, 56*(3), 705-722. doi: 10.2307/352880
- Kurdek, L. A. (1999). The nature and predictors of the trajectory of change in marital quality for husbands and wives over the first 10 years of marriage. *Developmental Psychology, 35*(5), 1283 – 1296. doi: 10.1037/0012-1649.35.5.1283
- Kuster, M., Bernecker, K., Backes, S., Brandstätter, V., Nussbeck, F. W., Bradbury, T. N., ... Bodenmann, G. (2015). Avoidance orientation and the escalation of negative communication in intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 109*(2), 262 – 275. doi: 10.1037/pspi0000025
- Lavner, J. A., Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (2014). Relationship problems over the early years of marriage: Stability or change? *Journal of Family Psychology, 28*(6), 979–985. doi:10.1037/a0037160
- Markman, H. J., Renick, M. J., Floyd, F. J., Stanley, S. M., & Clements, M. (1993). Preventing marital distress through communication and conflict management training: A 4- and 5-year follow-up. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 61*(1), 70–77. doi: 0.1037//0022-006X.61.1.70

- Miller, R. B., Hollist, C. S., Olsen, J., & Law, D. (2013). Marital quality and health over 20 years: A growth curve analysis. *Journal of Marriage and Family*, 75(3), 667 – 680. doi: 10.1111/jomf.12025
- Mosmann, C. P. (2007). *A qualidade conjugal e os estilos educativos parentais*. Tese de Doutorado. Faculdade de Psicologia da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul.
- Mosmann, C. P., Wagner, & Féres-Carneiro, T. (2006). Qualidade conjugal: Mapeando conceitos. *Paidéia*, 16(35), 315 – 325. doi: 10.1590/S0103-863X2006000300003
- Neumann, A. P. (2017a). Perspectivas e desafios da coordenação de um programa de educação conjugal. Manuscrito não publicado.
- Neumann, A. P. (2017b). Programa de educação conjugal Viver a dois: Características dos participantes e indicativos de adesão. Manuscrito não publicado.
- O'Halloran, M. S., Rizzolo, S., Cohen, M. L., & Wacker, R. (2013). Assessing the impact of a multiyear marriage education program. *The Family Journal*, 21(3), 328–334. doi: 10.1177/1066480713476849
- Paleari, F. G., Regalia, C., & Fincham, F. D. (2010). Forgiveness and conflict resolution in close relationships: Within and cross partner effects. *Universitas Psychologica*, 9(1), 35 – 56.
- Rauer, A. J., Adler-Baeder, F., Lucier-Greer, M., Skuban, E., Ketring, S. A., & Smith, T. A. (2014). Exploring processes of change in couple relationship education: Predictors of change in relationship quality. *Journal of Family Psychology*, 28(1), 65–76. doi:10.1037/a0035502
- Rust, J., Bennun, I., Crowe, M., & Golombok, S. (1988). *The Golombok Rust Inventory of Marital State*. Windsor: Nfer-Nelson.
- Scheeren, P., Neumann, A. P., Gryzbowsky, L. S., & Wagner, A. (2015). Como se caracterizam os conflitos conjugais? In A. Wagner, C. P. Mosmann, & D. Falcke (Eds). *Viver a dois: Oportunidades e desafios da conjugalidade* (pp. 41-65). São Leopoldo: Sinodal.
- Scheeren, P., Vieira, R. V. de A., Goulart, V. R., & Wagner, A. (2014). Marital quality and attachment: The mediator role of conflict resolution styles. *Paidéia*, 24(58), 177–186. doi:10.1590/1982-43272458201405
- Scott, S. B., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., Allen, E. S., & Markman, H. J. (2013). Reasons for divorce and recollections of premarital intervention: Implications for improving relationship education. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, 2(2), 131 – 145. doi: 10.1037/a0032025

- Sears, M. S., Repetti, R. L., Robles, T. F., & Reynolds, B. M. (2016). I Just want to be left alone: Daily overload and marital behavior. *Journal of Family Psychology, 30*(5), 569 – 579. doi: 10.1037/fam0000197
- Stanley, S. M., Amato, P. R., Johnson, C. A., & Markman, H. J. (2006). Premarital education, marital quality, and marital stability: Findings from a large, random household survey. *Journal of Family Psychology, 20*(1), 117–126. doi:10.1037/0893-3200.20.1.117
- Timmons, A. C., Arbel, R., & Margolin, G. (2017). Daily patterns of stress and conflict in couples: Associations with marital aggression and family-of-origin aggression. *Journal of Family Psychology, 31*(1), 93 – 104. doi: 10.1037/fam0000227
- Wadsworth, M. E., & Markman, H. J. (2012). Where's the action? Understanding what works and why in relationship education. *Behavior Therapy, 43*(1), 99–112. doi: 10.1016/j.beth.2011.01.006
- Wagner, A., Neumann, A.P., Mosmann, A. P., Levandowski, D. C., Falcke, D., Zordan, E. P., ..., & Scheeren, P. (2015). 'Viver a dois: Compartilhando esse desafio': Uma proposta psicoeducativa para casais. Porto Alegre: Núcleo de Pesquisa Dinâmica das Relações Familiares.
- Williamson, H. C., Altman, N., Hsueh, J., & Bradbury, T. N. (2016). Effects of relationship education on couple communication and satisfaction: A Randomized controlled trial with low-income couples. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 84*(2), 156–166. doi: 10.1037/ccp0000056
- Zhou, N., & Buehler, C. (2017). Adolescents' responses to marital conflict: The role of cooperative marital conflict. *Journal of Family Psychology*. Advance online publication. <http://dx.doi.org/10.1037/fam0000341>

CAPÍTULO 4

Reverberações de um programa de educação conjugal: A percepção dos moderadores²

Resumo: Este estudo tem como objetivo conhecer a percepção dos profissionais que coordenaram o programa de educação conjugal “Viver a dois: Compartilhando este desafio” acerca da sua reverberação nos casais participantes. Foram realizadas entrevistas em grupo com dez equipes de profissionais que conduziram as oficinas do programa Viver a dois, totalizando 28 participantes. Os dados foram analisados por meio de Análise Temática no software NVivo. Os temas identificados demonstram que os casais apresentam tanto reações de receptividade à proposta, quanto de relutância a determinadas atividades. Evidencia-se a importância da relação estabelecida entre os casais do grupo, a qual produz reflexão e aprendizado. Percebe-se que atividades de educação conjugal tem o poder de ampliar as perspectivas sobre a vida a dois, bem como a proximidade entre os casais e a melhora nas estratégias de resolução de seus conflitos.

Palavras-chave: Relações conjugais, Conflito conjugal, Promoção de saúde, Intervenção psicossocial.

Abstract: This study aims to investigate the perception of the professionals who coordinated the marital education program “Living as partners: Turning challenges into opportunities” about the reverberations of the program in the participating couples. Group interviews were conducted with ten teams of professionals who conducted the workshops of the program “Living as partners”, totaling 28 participants. Data were analyzed using Thematic Analysis, with the support of NVivo software. The themes show that the couples presented both reactions of receptivity and reluctance to certain activities. It is noticed that the relationship established between the couples in the group is important, producing reflection and learning. Relationship education programs can extend the perspectives of marital life, as well as enhance the proximity between couples and improve their conflict resolution strategies.

Key-words: Marital relations, Marital conflict, Health promotion, Social psychology.

² Este artigo foi submetido para publicação na revista Paidéia em janeiro/2017. Em junho/2017, recebeu parecer solicitando alterações obrigatórias. As alterações foram realizadas e encaminhadas à apreciação da revista, sem retorno até o momento.

A convivência diária em um relacionamento apresenta aos casais inúmeros desafios, relacionados ao equilíbrio das demandas individuais e conjugais, além de questões familiares, profissionais e sociais. Apesar disso, cada vez mais, a opção por viver a dois está relacionada com a satisfação acerca do relacionamento. As facilidades legais para a obtenção do divórcio, associadas à valorização cultural da felicidade e bem-estar individuais, fazem com que permaneçam em um relacionamento as pessoas que encontram nele níveis moderados a altos de satisfação (Mosmann et al., 2015).

Estudos com casais longevos corroboram essa percepção. A satisfação conjugal aferida nesses casais se relaciona com a proximidade e coesão, com o uso de estratégias adequadas de resolução de problemas e com as habilidades de comunicação (Norgren, Souza, Kaslow, Hammerschmidt, & Sharlin, 2004). Além disso, casais que permanecem juntos após décadas indicam que o relacionamento tende a melhorar com o tempo, uma vez que a convivência, a maturidade e as experiências de tentativa e erro permitem o aprendizado de formas mais construtivas para o manejo dos conflitos (Costa & Mosmann, 2015). Tais achados vão ao encontro dos apontamentos da Teoria Estrutural Sistêmica, que indica a influência de diversos fatores para a formação da estrutura do subsistema conjugal, tais como as heranças biológicas de cada cônjuge, o contexto sociocultural, eventos casuais que tenham impactado a vida do casal e as decisões tomadas pelos cônjuges acerca de como lidar com todos esses aspectos (Simon, 2008).

Alguns autores definem as variáveis que influenciam os relacionamentos amorosos de acordo com as suas possibilidades de modificação (Halford, Markman, Kline, & Stanley, 2003). Segundo essa perspectiva, por um lado, encontram-se variáveis estáticas, que são aquelas que dificilmente serão modificadas ao longo do tempo, como por exemplo, o estilo de apego de cada um dos cônjuges, o modelo relacional proveniente da família de origem e a ocorrência de eventos no ciclo vital. Por outro lado, as variáveis dinâmicas são aquelas passíveis de modificação ao longo do tempo, tais como a forma de comunicação e as estratégias de resolução de conflitos (Halford et al., 2003).

Apesar de não ser possível modificar as variáveis estáticas, estudos mostram que a alteração nas variáveis dinâmicas pode controlar os efeitos adversos a elas associados (Shapiro, Gottman, & Carrère, 2000). Por exemplo, pesquisas evidenciam que indivíduos com estilo de apego inseguro tendem a ter menor qualidade conjugal, enquanto aqueles com estilo de apego seguro reportam maiores níveis de qualidade na relação (Scheeren, Delatorre, Neumann, & Wagner, 2015). Contudo, pessoas com estilo de apego inseguro tendem a apresentar melhoras nos níveis de qualidade conjugal quando utilizam estratégias positivas de resolução dos

conflitos (Scheeren, Vieira, Goulart, & Wagner, 2014). Tais resultados indicam que, independente do estilo de apego, o aprendizado de estratégias construtivas de manejo dos conflitos pode se constituir como um fator de proteção do relacionamento conjugal.

Os programas de educação conjugal operam nesse sentido. Sua proposta é estimular nos casais o aprendizado de variáveis dinâmicas, enfocando as habilidades necessárias para a manutenção da qualidade da relação conjugal (Halford et al., 2003). Nessa perspectiva, a educação conjugal pode ser definida como um conjunto de estratégias destinadas a favorecer o aprimoramento das relações amorosas e a fomentar relacionamentos mais saudáveis, satisfatórios e estáveis (Halford & Bodenmann, 2013).

Existe na literatura um grande corpo de investigações acerca da eficácia destas ações, conforme constatado na revisão de Neumann, Mosmann e Wagner (2015). Os principais resultados identificados nos estudos são melhoras nos índices de qualidade conjugal (Whitton, Weitbrecht, Kuryluk, & Hutsell, 2016), nas habilidades de comunicação (Rhoades, 2015), no manejo dos conflitos (Carroll & Doherty, 2003) e no compromisso com a relação (Stanley, Amato, Johnson, & Markman, 2006).

Estes programas existem há mais de 30 anos nos Estados Unidos, tendo sido amplamente utilizados, também, em países como Austrália (Halford & Simons, 2005) e Alemanha (Baucom, Hahlweg, Atkins, Engl, & Thurmaier, 2006). No Brasil, encontraram-se dois registros na literatura sobre ações específicas para a educação conjugal. Scorsolini-Comin (2014) apresenta uma iniciativa ainda teórica nesse sentido. Por meio de revisão bibliográfica, o autor buscou identificar os elementos que podem compor uma futura intervenção de aconselhamento conjugal, dentro do escopo da educação conjugal. Já Bolsoni-Silva, Nogueira e Santos (2014) descrevem, a partir de um caso único, a aplicação e resultados de uma intervenção grupal estruturada que trabalha as relações funcionais entre o casal, a comunicação, a expressão de afeto e a resolução de problemas. Juras e Costa (2017) apresentam a fase inicial de uma pesquisa que propõe uma intervenção psicossocial grupal com pais e mães separados e filhos pequenos, porém, sem detalhar a proposta interventiva. Em uma perspectiva clínica, encontrou-se o relato de duas intervenções de sessão única elaboradas segundo a perspectiva cognitivo-comportamental, uma delas voltada à conscientização dos padrões de comunicação do casal e outra focada na apresentação de um modelo de resolução de problemas (Silva & Vandenberghe, 2009).

Uma iniciativa recente que busca suprir a demanda por intervenções voltadas à prevenção e promoção de saúde conjugal é o programa psicoeducativo para casais “Viver a dois: Compartilhando esse desafio”. Desenvolvido a partir de estudos empíricos, seu objetivo

é fomentar nos casais a ampliação do leque de estratégias utilizadas no enfrentamento de seus conflitos (Wagner et al., 2015). O programa é formado por seis oficinas realizadas em grupos de quatro a oito casais, com frequência semanal. Os temas abordados pelo programa são os mitos conjugais, conflito conjugal (temas, frequência, intensidade e estratégias de resolução), sexualidade e lazer a dois. Sua operacionalização envolve a participação ativa dos casais por meio de tarefas interativas e lúdicas, realizadas ora entre as díades conjugais, ora com todos os casais conjuntamente. Além disso, as oficinas possuem momentos psicoeducativos, voltados à explanação de aspectos teóricos que possam agregar conhecimentos de aplicação prática sobre a vida a dois. Nesse sentido, apesar de ser um trabalho em grupo, as oficinas preservam aspectos da intimidade dos casais. As atividades são conduzidas por profissionais de nível superior, com base em um manual que explica o passo a passo de cada oficina.

Considerando o panorama apresentado acerca do investimento nas relações conjugais no Brasil, bem como a complexidade de variáveis que compõem a conjugalidade, estratégias que contribuam para a promoção de saúde conjugal possuem grande relevância no cenário atual. Uma vez que são poucas as intervenções de educação conjugal encontradas na literatura nacional, entende-se que ampliar os estudos que avaliem o funcionamento e os efeitos dessas ações pode contribuir para o desenvolvimento do campo como um todo. Nesse sentido, está em andamento um estudo que investiga os indicativos de eficácia do programa Viver a dois: Compartilhando este desafio. O presente artigo incorpora este estudo em uma perspectiva qualitativa, dando voz aos profissionais que aplicaram o programa. Nessa perspectiva, objetivou-se explorar e conhecer a percepção dos profissionais que aplicaram o programa Viver a dois: Compartilhando este desafio sobre a reverberação do mesmo nos casais participantes.

Método

Participantes

Participaram deste estudo 28 profissionais do sexo feminino que aplicaram o programa Viver a dois em dez grupos de casais, abrangendo um total de 65 casais heterossexuais. As profissionais atuaram em equipes formadas por três integrantes, organizadas de acordo com os seguintes papéis: a) Moderadoras: profissionais que coordenaram as oficinas; b) Auxiliares: profissionais que auxiliaram as moderadoras na coordenação; e c) Observadoras: profissionais que observaram o desenvolvimento das oficinas. Dentre as participantes, 10 eram moderadoras, 9 eram auxiliares e 9 eram observadoras. Uma auxiliar e um observador não puderam se fazer presentes no dia da entrevista.

As equipes trabalhavam em locais como Secretarias de Saúde, CRAS, CREAS, Centros de Formação em Terapia de Família e Casal e Universidades. As profissionais integrantes destas equipes já conheciam o programa Viver a dois e haviam manifestado interesse em realizar o programa em seus contextos de trabalho. Nesse sentido, a seleção das equipes pelas pesquisadoras foi realizada por conveniência, desde que as mesmas atendessem aos seguintes critérios de inclusão: a) concordância por parte de seu local de trabalho, representada pela aprovação dos gestores locais. Uma vez que o programa foi oferecido como uma parceria entre a instituição de origem das pesquisadoras e cada um dos locais acima referidos, foi necessária aprovação dos gestores para a participação das equipes e disponibilização de espaço físico; b) participação em treinamento sobre o Programa Viver a dois, com carga horária de 10h. Este treinamento foi realizado de maneira presencial e foi coordenado pelas pesquisadoras que desenvolveram o programa e coordenaram esta pesquisa; e c) concordância com os procedimentos de pesquisa. As equipes que cumpriram com os requisitos foram formadas por mulheres apenas, devido às possibilidades dos locais de trabalho e do interesse dos profissionais.

Todas as moderadoras possuíam curso superior e nove delas possuíam ou estavam fazendo pós-graduação, sendo nove psicólogas e uma pedagoga. Sua média de idade foi de 36 anos ($DP = 10,35$). As auxiliares e observadoras possuíam curso superior (57,8%, $n = 11$) ou eram estudantes de graduação (42,1%, $n = 8$), atuando nas áreas de psicologia, assistência social, enfermagem e gestão pública. As médias de idade foram de 33 anos para as auxiliares ($DP = 6,27$) e 29 anos para as observadoras ($DP = 10,38$).

Os casais que participaram do programa eram ou vinculados aos locais (ex. usuários do CREAS), ou advindos da comunidade em geral. Cada local responsabilizou-se pela divulgação do programa à comunidade pelos meios disponíveis em seu contexto. Dentre as estratégias empregadas, foram utilizadas tanto técnicas ativas de divulgação, tais como divulgação pessoal e face a face por meio de agentes comunitárias de saúde, quanto técnicas passivas, como utilização de folders e divulgação em rádios, jornais e redes sociais (Carlson, Daire, & Bai, 2014). Os casais que se interessavam em participar do programa faziam contato com os locais para efetuar a sua inscrição. O programa foi oferecido gratuitamente.

Desta forma, os casais participantes eram provenientes de cinco cidades do sul do país. Em termos percentuais, 50,8% ($n = 66$) dos participantes residiam em Metrópole ou região metropolitana, 20% ($n = 26$) residiam em cidades do interior com mais de 100 mil habitantes e 29,2% ($n = 38$) residiam em cidades do interior com até 20 mil habitantes. A idade média dos homens foi de 37,31 anos ($DP = 11,26$) e das mulheres foi de 35,62 anos ($DP = 11,13$). A maior

parte dos participantes (63%, $n = 82$) possuía algum grau de instrução em nível Superior, seguido por 23,9% ($n = 31$) que possuíam nível Médio completo.

Instrumentos

Realizou-se uma entrevista em grupo de caráter exploratório (Fontana & Frey, 2005) com cada equipe coordenadora. A entrevista em grupo consiste no uso de questionamentos de mais de um indivíduo simultaneamente, e pode ser utilizada para avaliar experiências compartilhadas pelos membros do grupo (Fontana & Frey, 2005). Uma vez que as três integrantes da equipe participaram conjuntamente das oficinas, optou-se pela entrevista em grupo para oportunizar a construção conjunta dos dados. Este formato de entrevista permite que as respostas individuais sejam elaboradas a partir da resposta das demais participantes, possibilitando a complementação e o enriquecimento na produção das informações (Fontana & Frey, 2005). Este enriquecimento ocorre pela identificação de concordâncias e divergências nas respostas dos participantes, favorecendo a reflexão sobre o tema no aqui e agora da entrevista.

Para este estudo, optou-se por uma entrevista com perguntas abertas e roteiro pré-definido (Anexo E), o qual contemplou as seguintes questões: a) Como foi a interação deste grupo (de casais) na primeira oficina? b) E no decorrer das oficinas, se manteve essa mesma interação ou houve alguma mudança? c) Em geral, como este grupo reagia às atividades propostas? d) Vocês consideram que as atividades propostas no programa/manual foram adequadas para este grupo? e) Vocês perceberam mudanças nos casais? As profissionais participantes também preencheram uma ficha de identificação contendo informações sociodemográficas (Anexo F).

Procedimentos

Coleta de dados: Após o término do programa em cada local, foi realizada uma entrevista em grupo com cada equipe coordenadora (moderadora, auxiliar e observadora), totalizando dez entrevistas. Todas foram conduzidas pela mesma pesquisadora, uma das autoras deste estudo. As perguntas foram realizadas sem direcionamento a nenhuma das participantes, de modo que qualquer dos sujeitos pudesse respondê-la. De maneira geral, a percepção das três participantes de cada equipe foi similar. Quando uma das participantes respondia afirmando que a sua fala refletia a percepção de toda a equipe, as demais participantes tendiam a confirmar esta resposta espontaneamente, de maneira verbal ou não-verbal (com acenos de cabeça, por exemplo), ou complementavam a informação apresentada. Quando uma das participantes falava de sua percepção individual, a pesquisadora solicitava às demais integrantes a sua percepção.

O relato de divergências entre as participantes também ocorreu de maneira espontânea nas equipes, por meio da verbalização das profissionais de que haviam percebido alguns aspectos de maneira distinta. Em geral, quando isso acontecia, as participantes dialogavam na tentativa de elaborar um entendimento conjunto da situação, ou integrando as diferentes percepções, ou justificando as diferenças. As entrevistas foram audiogravadas, com a permissão das participantes.

Análise dos dados: Após a realização das entrevistas, as mesmas foram transcritas na íntegra e revisadas, resguardando-se a identidade das participantes. Os dados foram analisados pelo método da Análise Temática (Braun & Clarke, 2006), no software NVivo, versão 11. Foi realizada uma análise indutiva, de modo que o delineamento dos temas esteve diretamente relacionado aos dados do *corpus*. A análise seguiu os seguintes passos: 1) Familiarizando-se com os dados: realização de leitura ativa do *data-set*, buscando significados e padrões que indicassem possíveis temas. Nesta etapa, buscou-se identificar o maior número possível de temas abordados pelas participantes nas dez entrevistas; 2) Gerando códigos iniciais: com base nos indicativos da etapa anterior, realizou-se nova leitura do *data-set*, desta vez codificando o texto. Nesta etapa, cada trecho das entrevistas foi codificado conforme as temáticas identificadas previamente; 3) Buscando temas: consistiu na análise dos códigos, que foram revisados exaustivamente buscando-se similaridades e diferenças entre eles, até obter a formação dos temas, com seus respectivos excertos. Para tanto, não se considerou a quantidade de vezes em que um mesmo tema foi citado, mas sim os aspectos que caracterizavam aquela resposta como distintiva das demais temáticas e com relevância para o escopo do estudo, ou seja, que abordassem de alguma forma a percepção dos participantes sobre a reverberação do programa na conjugalidade dos casais; 4) Revisando os temas: envolveu o refinamento dos temas, por meio dos critérios de homogeneidade interna e heterogeneidade externa. Foram realizadas duas sub-fases: a) Os excertos de cada tema foram lidos e, quando necessário, recodificados, até se considerar que formavam um padrão coerente; b) O *data-set* foi relido na íntegra, para verificar se os temas eram representativos do *data-set* e se havia algum outro dado que possa ter passado despercebido anteriormente; 5) Definindo e nomeando temas: consistiu na descrição do escopo de cada tema; e 6) Produzindo o *report*: envolveu a descrição completa e detalhada dos temas, com a inclusão de excertos exemplificativos (Braun & Clarke, 2006).

Considerações éticas

Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Instituto de Psicologia da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, sob o número CAAE 43881515.6.0000.5334 (Anexo V). Todas as profissionais participantes assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (Anexos T e U), assim como os casais que participaram dos grupos (Anexo S).

Resultados

A partir da Análise Temática, foram delineados três temas. O primeiro tema, Reações dos casais ao programa e às atividades, diz respeito ao relato da equipe coordenadora sobre as reações dos casais ao programa e às atividades. O segundo tema, intitulado Relacionamento entre os casais, aborda a perspectiva da equipe coordenadora sobre a forma como os casais se relacionaram em cada grupo. Por fim, o terceiro tema, Reverberações nos relacionamentos, aborda as percepções da equipe sobre as reverberações do programa na conjugalidade dos participantes.

Reações dos casais ao programa e às atividades

Este tema apresenta o relato da equipe coordenadora sobre as diferentes reações dos casais às atividades propostas nas oficinas. Houve, basicamente, receptividade por parte dos participantes às atividades. Entretanto, também se percebeu relutância na execução de algumas delas. A receptividade foi marcada pela colaboração e envolvimento de grande parte dos casais com as tarefas:

“Moderadora 1 – Muito bem. Super colaboradores. Gostavam, se envolviam, fizeram todas... Não teve ninguém que se recusou a nada”.

A receptividade às tarefas foi percebida nos casais de todos os grupos. Por sua vez, a relutância foi percebida nos casais por diferentes personagens, atitudes e finalidades. Em relação aos personagens, eventualmente percebia-se que o grupo manifestava relutância frente à atividade proposta pelos moderadores. Isso ocorria, por exemplo, quando passavam a questionar a atividade proposta pelo moderador ao invés de realizá-la, dificultando a continuidade da tarefa ou a reflexão sobre o tema:

“Moderadora 6 – No primeiro (encontro) eles eram muito questionadores. Por exemplo, naquela frase “em meio a 7 milhões de pessoas, por que você escolheu uma para viver”, eles ficavam “Tá, mas a gente não conheceu 7 milhões (de pessoas)”.

Na maior parte das vezes, porém, percebia-se que era um casal ou um participante que, isoladamente, apresentava comportamentos que representavam relutância:

“Moderadora 5 – Eu acho que foi uma coisa mais de rebeldia dela (...) ela tinha uma coisa um pouco às vezes de ser, rebelde, sabe. Do tipo: “é, mas por quê?”.

Observadora 5 – “Mas como é que eu vou fazer isso?”.”

Em geral, a relutância foi percebida pelas profissionais com as seguintes atitudes: a) Silêncio frente a algumas atividades ou temáticas; b) Necessidade de detalhamento exagerado sobre a proposta, atendo-se a detalhes insignificantes que dificultavam a discussão do assunto em pauta; c) Descaracterização da atividade, ou seja, não realizá-la conforme deveria e/ou demorar para iniciá-la; e d) Questionamentos e críticas desacompanhados de reflexão. Por fim, as profissionais identificaram que a relutância estava, em geral, a serviço de duas diferentes finalidades. Por um lado, relataram que alguns participantes ou casais pareciam demonstrar um temor pela possibilidade de exposição da sua intimidade. Nesse sentido, deixavam de realizar as tarefas como uma forma de se resguardar desse risco. Por outro lado, perceberam que alguns participantes ou casais relutavam em fazer a atividade em decorrência de possuírem dificuldades para refletir sobre o relacionamento:

“Grupo 7 – Mas me marcou muito o quanto é difícil eles (...) olharem para o casamento. Seja para aquilo que é bom, seja para aquilo que não está bom”.

Dessa forma, pode-se pensar que os comportamentos relutantes podem representar uma forma de proteção frente a conteúdos com potencial de ameaçar a homeostase do grupo ou do casal que os manifestou. Apesar de receptividade e relutância terem sido as manifestações predominantes, também foram registradas outras reações, como curiosidade, avaliação crítica do quanto as ideias trabalhadas faziam sentido no próprio relacionamento e comportamento de tomar nota de tudo. Além disso, muitos moderadores relataram que a reação dos participantes ao programa foi se modificando de acordo com o tema e com o passar do tempo. No que diz respeito às mudanças de acordo com o tema, os moderadores referiram que, quando o tema era mais leve, os casais participavam mais. Por sua vez, quando o tema era mais denso ou mais íntimo, como aqueles que diziam respeito a conflitos e sexualidade, os casais se resguardavam, ficando mais quietos e menos participativos.

“Moderadora 3 – (...) eles participaram bastante naquele (primeiro) dia (...) e depois (...) eu senti que eles meio que se fecharam (...)

Observadora 3 – É que as oficinas (que trabalhavam o tema) dos conflitos pareciam mais pesadas”.

No que diz respeito às mudanças ocorridas com o passar do tempo, há uma percepção praticamente unânime entre os profissionais de que os participantes passaram a se sentir mais à vontade ao longo das oficinas, à medida em que foi se desenvolvendo o espírito grupal e a confiança a respeito da manutenção da sua intimidade.

Relacionamento entre os casais

Esta categoria aborda a forma como os casais se relacionaram em cada grupo. Pode-se observar que, em geral, os grupos de casais estabeleceram uma forma de interação que predominou durante a maior parte das oficinas. Apesar de ter havido mudanças na interação entre os participantes ao longo do tempo, apenas dois grupos reportaram uma mudança significativa, os demais destacaram uma mudança gradual, dentro de um parâmetro mais ou menos estabelecido. Estas formas de interação podem ser identificadas de três maneiras: a) Grupo pouco interativo, com alta proteção da intimidade: Foram grupos que apresentaram poucas interações espontâneas e trocas de experiências, resguardando a sua intimidade:

“Moderadora 5 – (...) eles eram muito reservados enquanto casais (...). Os próprios casais não se permitiam contar da sua vivência, ou tinham atividades que eles diziam: “mas isso a gente não vai ter que falar no grupo, né?” (...). Eles não queriam se expor, eles tinham esse cuidado”.

b) Grupo com interação, porém com a manutenção moderada da intimidade conjugal: Foram grupos nos quais os casais interagiram entre si e articularam as suas experiências com vivências relatadas por outros casais, porém de forma moderada:

“Observadora 1 – (...) não foi um grupo que trouxe intimidades (...), mas acho que a partir da terceira oficina eles começaram a falar mais. Eu senti uma coesão maior, assim. Entre eles, e falando mais, né? (...)

Moderadora 1 – Isso. Ao mesmo tempo, não é um grupo que ficou amigo”.

c) Grupo com alta interação e maior abertura para a troca de experiências. Foram grupos cujos casais interagiam e contavam aos demais experiências que consideravam importantes e/ou que pudessem auxiliar outros casais em determinadas situações, muitas vezes, dando continuidade ao relacionamento de amizade em outros locais:

“Auxiliar 8 – Foi super legal, eles interagiram muito entre eles, mesmo na saída eles ficavam ali embaixo conversando, teve alguns que marcavam para ir jantar juntos. Então foi um grupo assim, que teve uma interação muito legal”.

Mesmo com diferentes níveis de proximidade, percebe-se que em todos os grupos houve uma troca de possibilidades de vivências conjugais, marcada pela comparação do próprio

relacionamento com as formas de se relacionar dos demais casais do grupo. Esta comparação permitiu a naturalização da vivência a dois, demarcada pela tomada de consciência, dos casais, de que algumas situações não ocorrem apenas com eles:

“Moderadora 11 – (o programa) reforça muito (...) de que isto (conflitos na vida a dois) é normal. Todo mundo passa por isso. E eu acho que esse sentimento ficou. (...) eles puderam compreender de que “ah, então não é só a gente? Tá, então isso acontece com todo mundo?”. E que dá uma sensação de “ah, que bom! Nós não somos os únicos, a gente não é um casal de extraterrestres”.

Esta comparação com as vivências dos demais também permitiu a alguns casais se darem conta de aspectos que gostariam de vivenciar em seu relacionamento, possibilitando também o aprendizado de novas formas de funcionar:

Auxiliar 9 – Eles trocaram muito entre eles. (...) Experiências de “ah, como é que tu resolve na tua casa isso? Como é que vocês fazem?”.

Frente a essas possibilidades de trocas, porém, as profissionais relataram a necessidade de atentar para falas que não descreviam a realidade da vivência conjugal, mas indicavam uma idealização da conjugalidade. Houve a percepção de que a comparação com os outros reverbera em possibilidades de amadurecimento, desde que os casais sejam verdadeiros em suas falas. Quando os casais se descrevem de forma idealizada, os demais participantes relatam sentimentos de desconforto:

“Moderadora 1 – E foi ela que começou a falar (em uma atividade da primeira oficina), e foi uma coisa super idealizada (...) E aí os outros seguiram (...). Mas isso apareceu, se não me engano, na quinta oficina. Eu falei que estava se encerrando e ela (mulher, 31 anos) falou “ah, eu me sinto muito bem, parece que aos poucos eu fui me dando conta que na primeira oficina parecia tudo tão perfeito (o relacionamento de outro casal do grupo) (...) e eu percebi que talvez não seja tão perfeito, tanto que a pessoa que disse que estava tudo perfeito não veio”.

Reverberações nos relacionamentos

Este tema trata das percepções dos moderadores acerca das reverberações do programa na conjugalidade dos participantes. Estas reverberações podem ser analisadas sob cinco perspectivas: relacionadas à proximidade conjugal, relacionadas aos conflitos, relacionadas à reflexão, relacionadas à adesão ao programa e, ainda, outras reverberações inespecíficas, assimétricas entre o casal e a não percepção de reverberação.

As reverberações relacionadas à proximidade entre os membros do casal dizem respeito ao relato das equipes moderadoras de que muitos casais demonstraram maior proximidade ao longo das oficinas, seja física ou emocional:

“Auxiliar 7 – Eu percebi não só a proximidade física, mas a facilidade em fazer as atividades. Eu senti que (...) a realização das atividades estava sendo mais conjunta (entre o casal).

Observadora 7 – Parece que estavam vindo um pouquinho mais juntos, conversando um pouquinho mais próximos”.

As reverberações relacionadas ao conflito envolvem a percepção dos profissionais de que alguns casais conseguiram utilizar o espaço da oficina para resolver conflitos importantes e com carga emocional intensa de seu relacionamento. Muitos, ainda, relataram que passaram a incorporar as técnicas de resolução de conflitos aprendidas no programa em seu dia a dia, fazendo adaptações nas estratégias de encaminhamento dos seus desentendimentos:

“Observadora 3 – Não vou me esquecer da frase que o (homem, 20 anos) falou “ah, se fosse três semanas atrás a gente tinha brigado por isso”. Então, dava para perceber que eles estavam conversando sobre isso, que eles chegavam em casa e colocavam em prática, ou tentavam”.

Já as reverberações relacionadas com a reflexão dizem respeito à percepção de muitos profissionais de que os casais participantes passaram a refletir sobre o seu relacionamento, avaliando tanto os aspectos satisfatórios quanto aqueles insatisfatórios. Nesse sentido, alguns casais relataram aos moderadores que passaram a avaliar a viabilidade da continuidade do relacionamento, cogitando um rompimento, e outros perceberam a necessidade de dar continuidade a esse espaço para o casal, solicitando encaminhamentos para terapia de casal. Assim, a grande maioria, demonstrava estar se dando conta de influências que matizavam a sua relação, bem como acerca do modo como estavam se relacionando e de outras possibilidades de interação:

“Moderadora 7 – (...) era um casal que era há quanto tempo casado? 26, 30 anos? (...) nesse tempo todo de casamento, pela cultura, pela vivência, pela geração, eles nunca falaram sobre muitas daquelas coisas que estavam ali, né. Ele dizia “é muito bom isso daqui”, né? “Por isso que isso é importante, eu nunca tinha pensado nessas coisas, são tão simples”.

Por sua vez, as reverberações relacionadas à adesão ao programa dizem respeito à constatação dos moderadores de que o comparecimento ou as ausências às oficinas, bem como as desistências, se constituem como indicativos de reverberações das atividades propostas no

programa para a vida conjugal. Os moderadores avaliam que muitos dos casais que faltaram a alguma oficina, e especialmente os que desistiram do programa, o fizeram porque as oficinas estavam mobilizando aspectos relacionais difíceis de manejar:

“Moderadora 5 – (...) o casal que não veio mais, eu avalio como uma mudança (...) acho que também teve uma mudança nesse sentido, talvez de ele se impor mais (frente a esposa no relacionamento conjugal)”.

Por fim, outras reverberações também foram percebidas. As equipes coordenadoras relataram percepções de mudanças inespecíficas em alguns casais, sem localizar em que áreas ou dimensões da conjugalidade ocorreram. Por exemplo, há relatos de que os casais amadureceram, evoluíram, aproveitaram e/ou de que o programa significou muito. Ainda, foram percebidas reverberações assimétricas em alguns casais, em que apenas um dos cônjuges apresentou mudanças, ou em que os membros do casal aparentavam ter podido refletir mais sobre aspectos da sua individualidade do que da relação conjugal. Por fim, é necessário relatar que alguns casais não demonstraram ter feito mudanças em seu relacionamento após a participação no programa. Alguns desses casais permaneceram como incógnitas para os profissionais, que não conseguiram identificar se o programa pode auxiliá-los em algo. Para outros casais, porém, a não percepção de mudanças foi atribuída pelas equipes à ideia de que os casais já exibiam bons níveis de qualidade conjugal desde o início do relacionamento.

Discussão

Os temas identificados a partir do relato das equipes coordenadoras indicam uma vasta gama de sentimentos e percepções associados à participação no programa de educação conjugal investigado. O tema Reações dos casais ao programa e às atividades indica a percepção dos moderadores de que havia uma ambiguidade de sentimentos em relação ao programa. Por um lado, pode-se pensar que a receptividade demonstrada pela maior parte dos casais indica a existência de uma demanda social por este tipo de trabalho, aliada a uma carência de espaços em que os casais possam pensar sobre o próprio relacionamento, em uma perspectiva que contemple a realidade da vida a dois, e não as suas idealizações.

Por outro lado, a percepção das equipes acerca das reações de relutância também indica dificuldade dos casais em olhar para o próprio relacionamento. Esta dificuldade também é registrada em estudos que, há décadas, constataam a triangulação dos filhos nos problemas conjugais de seus pais (Féres-Carneiro, 1980, Juras & Costa, 2017). Assim, a participação no programa possibilita que muitos casais passem a perceber aspectos do relacionamento e padrões

de funcionamento conjugal que antes eram ignorados. Este processo implica em olhar para a própria responsabilidade frente à situação em que o relacionamento se encontra, demandando disponibilidade pessoal por parte de ambos os cônjuges. Quando não há essa disponibilidade, podem ocorrer abandonos ao programa. Nesse sentido, corrobora-se a percepção de Williamson et al. (2015) de que os efeitos destes programas em casais fragilizados dependem do tipo de fator de risco, uma vez que, quanto mais delicados e sérios os problemas conjugais, mais difícil tende a ser para os membros do casal trabalharem tais aspectos, especialmente em um formato grupal.

Em decorrência desta característica coletiva dos programas de educação conjugal, percebe-se também que muitos casais iniciam o processo temerosos acerca da relação entre a participação no grupo e a manutenção da sua privacidade. Contudo, o relacionamento estabelecido entre os casais é um aspecto de grande importância para a dinâmica e desenvolvimento dos programas de educação conjugal, tendo sido um dos temas identificados na Análise Temática. Os resultados demonstram que as trocas de experiências se constituíram como um fator de destaque para o desenvolvimento de reflexões por parte dos grupos e dos casais. Por um lado, este processo auxilia na naturalização da vida a dois, já que muitos casais idealizam seus relacionamentos com base em modelos propagados pela mídia ou com percepções distorcidas acerca do relacionamento de outros casais de seu convívio. Quando há uma possibilidade de dialogar verdadeiramente sobre os desafios da conjugalidade, bem como sobre as suas benesses, ocorre um processo de reflexão honesto, que possibilita um sentimento de compartilhamento de vivências. Nesse contexto, para alguns casais, a troca de experiências permite aceitar aspectos que achavam que apenas eles possuíam, como por exemplo, compreender que todos os casais possuem conflitos.

Por outro lado, essa possibilidade de comparação que aparece no compartilhamento das vivências conjugais também possibilita aos casais perceber outras possibilidades e alternativas de se relacionar, especialmente nos casais que apresentam níveis maiores de insatisfação em seu relacionamento. Inevitavelmente, o grupo acaba se tornando uma medida de comparação, que pode desencadear sentimentos de alívio ou de angústia nos casais.

Para que tais processos possam se estabelecer, é desejável que os casais tenham um nível mínimo de interação durante as oficinas, aspecto que também contribui para tornar a discussão sobre o tema mais descontraída. Entretanto, cabe ressaltar que altos índices de interação entre os casais não necessariamente equivalem à capacidade de refletir sobre o relacionamento. Em algumas situações, um grupo demasiadamente interativo pode se utilizar desta facilidade de comunicação como uma forma de fugir da tarefa, havendo uma interação social amistosa,

porém, com superficialidade nas discussões. Nesse sentido, não há como determinar um nível de interação desejável entre os casais. O ideal é que, independentemente deste nível, possa haver reflexão.

Os relatos dos profissionais sobre as reverberações nos relacionamentos corroboram as pesquisas, que apontam para o potencial desses programas em produzir mudanças na conjugalidade (Bolsoni-Silva et al., 2009, Carroll & Doherty, 2003, Rhoades, 2015, Silva & Vandenberghe, 2009, Stanley et al., 2006). A capacidade de produzir maior proximidade e de gerar reflexões entre os casais pode ser considerada um aspecto chave para que quaisquer outras mudanças ocorram, tanto que, nos estudos com casais longevos, a proximidade e a coesão são fatores que impactam positivamente na satisfação conjugal (Norgren et al., 2004). Por sua vez, a percepção dos profissionais de que o programa reverberou na forma de resolução de conflitos dos casais é um aspecto de grande relevância, tanto por ser este um dos principais eixos de trabalho do Viver a dois (Wagner et al., 2015) quanto pela relevância do manejo dos conflitos para o bem-estar conjugal (Scheeren et al., 2014).

O relato dos moderadores sobre a percepção de que faltas e desistências também são sinais de que o programa mobilizou os casais denota a necessidade de cuidado constante que este tipo de trabalho demanda. O relacionamento a dois é palco tanto de realizações quanto de dificuldades na vida, e a participação neste tipo de programa mobiliza ambos os aspectos. É necessária muita sensibilidade aos movimentos realizados pelos casais, pois a vinda deles para este tipo de programa parece indicar, desde o início, a disposição em fazer algo pelo relacionamento, por mais difícil que isso possa ser durante o processo.

A conjugalidade é vista, pelo senso comum, como uma tarefa do desenvolvimento. Mesmo com as mudanças sociais acerca da exigência de cumprimento das tarefas normativas do ciclo vital, estabelecer um relacionamento adulto e duradouro ainda é um objetivo comum a muitas pessoas, sem que, necessariamente, haja uma reflexão sobre o real significado dessa etapa (Fonseca & Duarte, 2014). Sendo assim, a vida a dois se naturaliza e esse processo tem como parâmetro principal o modelo familiar da conjugalidade dos progenitores, a qual se torna um padrão a ser repetido ou negado (Mosmann et al., 2015). Assim, os programas de educação conjugal se constituem como uma possibilidade de aprendizagem de novas formas de se relacionar, fomentando a modificação de variáveis dinâmicas do relacionamento (Halford et al., 2003) e contribuindo para o estabelecimento de uma reflexão e amadurecimento do relacionamento a dois.

Os três temas identificados nesta Análise Temática se complementam, demonstrando a complexidade inerente ao trabalho com casais neste formato. Explorar as experiências dos

participantes, a partir da perspectiva dos profissionais que aplicaram o programa, permitiu compreender com maior profundidade a dinâmica que se estabeleceu no desenvolvimento desta estratégia de educação conjugal. De maneira mais específica, pode-se compreender as diferentes reações experimentadas pelos casais frente a essa proposta, reações que podem se repetir em outros grupos deste programa, ou em outros programas de educação conjugal que trabalhem em formato grupal. Nesse sentido, ampliar o entendimento de como as relações entre os casais se configuram é uma segunda contribuição deste estudo, uma vez que tal interação pode matizar as reflexões e aprendizados dos casais. Ainda, discriminar as mudanças que os profissionais percebem na conjugalidade dos casais participantes contribui para ampliar a literatura, corroborando aspectos já encontrados em estudos quantitativos. Considerando tais resultados, considera-se que o presente estudo sistematiza subsídios na formação de outros profissionais que se proponham a mediar tais programas.

É necessário ressaltar que todos os resultados aqui apresentados representam a percepção dos profissionais que coordenaram os programas e se referem a observações limitadas a dez grupos de casais, não esgotando as possibilidades de reações, manifestações grupais e reverberações. Além disso, os dez grupos foram realizados em cidades do sul do país, não representando toda a diversidade cultural do Brasil. Assim, a replicação deste estudo em outros contextos pode contribuir para a compreensão das reverberações dos programas de educação conjugal nos casais. Ainda, conhecer a experiência dos casais pelo seu próprio relato se constitui como uma perspectiva futura de investigação, que pode vir a contribuir com outros desmembramentos e reflexões acerca do trabalho psicoeducativo com casais.

Referências

- Baucom, D. H., Hahlweg, K., Atkins, D. C., Engl, J., & Thurmaier, F. (2006). Long-term prediction of marital quality following a relationship education program: Being positive in a constructive way. *Journal of Family Psychology, 20*(3), 448-455. doi:10.1037/0893-3200.20.3.448
- Bolsoni-Silva, A. T., Nogueira, S. C., & Santos, L. H. Z. dos. (2014). Efeitos de uma intervenção analítico-comportamental com casal de namorados. *Interação em Psicologia, 18*(3), p. 263-276.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology, 3*(2), 77-101. doi: 10.1191/1478088706qp063oa

- Carlson, R. G., Daire, A. P., & Bai, H. (2014). Examining relationship satisfaction and individual distress for low-to-moderate income couples in relationship education. *The Family Journal*, 22(3), 282-291. doi:10.1177/1066480714529741
- Carroll, J. S., & Doherty, W. J. (2003). Evaluating the effectiveness of premarital prevention programs: A meta-analytic review of outcome research. *Family Relations*, 52(2), 105-118. doi: 10.1111/j.1741-3729.2003.00105.x
- Costa, C. B. da, & Mosmann, C. P. (2015). Relacionamentos conjugais na atualidade: percepções de indivíduos em casamentos de longa duração. *Revista da SPAGESP*, 16(2), 16-31.
- Féres-Carneiro, T. (1980). Psicoterapia de casal: a relação conjugal e suas repercussões no comportamento dos filhos. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 32(4), p. 51 – 61.
- Fontana, A., & Frey, J. H. (2005). The interview: From neutral stance to political involvement. In N. K. Denzin & Y. S. Lincoln (eds.), *The SAGE handbook of qualitative research*. (pp. 695-727). London: SAGE Publications, Inc.
- Fonseca, S. R. A., & Duarte, C. M. N. (2014). Do namoro ao casamento: Significados, expectativas, conflito e amor. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 30(2), 135-143.
- Halford, W. K., & Bodenmann, G. (2013). Effects of relationship education on maintenance of couple relationship satisfaction. *Clinical Psychology Review*, 33(4), 512-525. doi: 10.1016/j.cpr.2013.02.001
- Halford, W. K., Markman, H. J., Kline, G. H., & Stanley, S. M. (2003). Best practice in couple relationship education. *Journal of Marital and Family Therapy*, 29(3), 385-406. doi: 10.1111/j.1752-0606.2003.tb01214.x
- Halford, W. K., & Simons, M. (2005). Couple relationship education in Australia. *Family Process*, 44(2), 147-159. doi: 10.1111/j.1545-5300.2005.00050.x
- Juras, M. M., & Costa, L. F. (2017). Não foi bom pai, nem bom marido: Conjugalidade e parentalidade em famílias separadas de baixa renda. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 32(n. esp.), 1-9. doi: 10.1590/0102-3772e32ne215
- Mosmann, C. P., Levandowski, D. C., Costa, C. B., Zordan, E. P., Rosado, J. S., & Wagner, A. (2015). Qualidade conjugal: Como os casais avaliam seu relacionamento? In: A. Wagner, D. Falcke, & C. P. Mosmann. *Viver a dois: Oportunidades e desafios da conjugalidade* (pp. 19-32). São Leopoldo: Editora Sinodal.
- Neumann, A. P., Mosmann, C. P., & Wagner, A. (2015). Viver a dois: É possível educar para a conjugalidade? In: A. Wagner, D. Falcke, & C. P. Mosmann. *Viver a dois:*

- Oportunidades e desafios da conjugalidade* (pp. 101-112). São Leopoldo: Editora Sinodal.
- Norgren, M. de B. P., Souza, R. M. de, Kaslow, F., Hammerschmidt, H., & Sharlin, S. A. (2004). Satisfação conjugal em casamentos de longa duração: uma construção possível. *Estudos de Psicologia*, 9(3), 575-584.
- Rhoades, G. K. (2015). The effectiveness of the Within Our Reach relationship education program for couples: Findings from a federal randomized trial. *Family Process*, 54(4), 672-685. doi: 10.1111/famp.12148
- Scheeren, P., Delatorre, M. Z., Neumann, A. P., & Wagner, A. (2015). O papel preditor dos estilos de apego na resolução do conflito conjugal. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, 15(3), 835-852.
- Scheeren, P., Vieira, R. V. de A., Goulart, V. R., & Wagner, A. (2014). Marital quality and attachment: The mediator role of conflict resolution styles. *Paidéia*, 24(58), 177-186. doi: 10.1590/1982-43272458201405
- Scorsolini-Comin, F. (2014). Aconselhamento psicológico com casais: Interlocuções entre psicologia positiva e abordagem centrada na pessoa. *Contextos Clínicos*, 7(2), 192-206. doi: 10.4013/ctc.2014.72.07
- Shapiro, A. F., Gottman, J. M., & Carrère, S. (2000). The baby and the marriage: Identifying factors that buffer against decline in marital satisfaction after the first baby arrives. *Journal of Family Psychology*, 14(1), 59-70. doi:10.1037//0893-3200.14.1.59
- Silva, L. P., & Vandenberghe, L. (2009). Comunicação versus resolução de problemas numa sessão única de terapia comportamental de casal. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 11(1), 43-60.
- Simon, G. M. (2008). Structural couple therapy. In A. S. Gurman (Ed.), *Clinical handbook of couple therapy* (4th ed., pp. 323-349). New York: Guilford.
- Stanley, S. M., Amato, P. R., Johnson, C. A., & Markman, H. J. (2006). Premarital education, marital quality, and marital stability: Findings from a large, random household survey. *Journal of Family Psychology*, 20(1), 117-126. doi:10.1037/0893-3200.20.1.117
- Wagner, A., Neumann, A.P., Mosmann, A. P., Levandowski, D. C., Falcke, D., Zordan, E. P., ..., & Scheeren, P. (2015). 'Viver a dois: Compartilhando esse desafio': Uma proposta psicoeducativa para casais. Porto Alegre: Núcleo de Pesquisa Dinâmica das Relações Familiares.

- Whitton, S. W., Weitbrecht, E. M., Kuryluk, A. D., & Hutsell, D. H. (2016). A randomized waitlist-controlled trial of culturally sensitive relationship education for male same-sex couples. *Journal of Family Psychology, 30*(6), 763-768. doi: 10.1037/fam0000199
- Williamson, H. C., Rogge, R. D., Cobb, R. J., Johnson, M. D., Lawrence, E., & Bradbury, T. N. (2015). Risk moderates the outcome of relationship education: A randomized controlled trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 83*(3), 617–629. doi: 10.1037/a0038621

CAPÍTULO 5

Perspectivas e desafios da coordenação de um programa de educação conjugal

Resumo: O estudo investiga as perspectivas e os desafios em coordenar o programa psicoeducativo para casais “Viver a dois: Compartilhando este desafio”. Foram realizadas entrevistas em grupo com dez equipes de profissionais que conduziram o programa, totalizando 28 participantes. Os dados foram analisados por meio de Análise Temática no software NVivo. Os temas identificados denotam desafios na condução deste programa, como o estabelecimento da aliança terapêutica e o manejo de ocorrências imprevistas durante as oficinas, bem como a manutenção do equilíbrio entre o cumprimento das atividades conforme previsto pelo manual do programa e o estilo próprio de cada moderador. O programa também foi avaliado como um espaço que favorece novas possibilidades de trabalho com casais, em um formato lúdico e participativo. A possibilidade de oferecer intervenções com o foco na prevenção e promoção da saúde conjugal amplia o repertório de ações disponíveis aos profissionais que atuam nos mais diferentes contextos de trabalho.

Palavras-chave: Relações conjugais, Promoção da saúde, Intervenção psicossocial, Educação conjugal.

Abstract: This study investigates the perspectives and challenges in the coordination of the couple relationship education program “Living as partners: Turning challenges into opportunities”. Ten group interviews were completed with ten professional teams who coordinated the program, totaling 28 participants. Thematic analysis was performed with Nvivo software. The identified themes reveal challenges in how to conduct this program, such as the establishment of therapeutic alliance and dealing with unexpected events during the workshops, as well as keeping a balance between performing the activities as structured in the program manual and each moderator’s personal style. The program was also considered a space that favors new, playful and active possibilities to work with couples. The possibility to offer interventions that focus on prevention and marital health promotion broadens the set of actions available to health professionals working in a wide range of contexts.

Key-words: Marital relations, Health promotion, Psychosocial intervention, Relationship education

A educação conjugal consiste em um conjunto de estratégias destinadas a favorecer o aprimoramento das relações amorosas e a fomentar relacionamentos mais saudáveis,

satisfatórios e estáveis (Halford & Bodenmann, 2013). Tem sido desenvolvida por meio de programas estruturados e, usualmente, se baseia em dois pilares: o desenvolvimento de habilidades necessárias para a manutenção da qualidade da relação conjugal e a divulgação de conhecimentos sobre a vida a dois (Halford, Markman, Kline, & Stanley, 2003).

Diferentemente das propostas psicoterapêuticas individualizadas, a maior parte dos programas de educação conjugal se propõe a trabalhar com grupos de casais, sob a coordenação de um ou mais profissionais moderadores (Owen, Manthos, & Quirk, 2013). Desse modo, diversos temas são abordados, sendo os mais comuns as habilidades de comunicação, a aprendizagem da autorregulação emocional, o manejo de conflitos e as conexões positivas, tais como sexualidade, lazer e apoio (Wadsworth & Markman, 2012).

A importância destes temas para a vida conjugal se reflete diretamente na complexidade que os profissionais enfrentam ao trabalharem tais conteúdos com os casais. Além do conhecimento técnico e teórico, é necessário que eles se sintam preparados e confortáveis para abordar temas íntimos de maneira imparcial, com casais que vivenciam diferentes formas de conjugalidade (Wagner et al., 2015). Por se tratar de um trabalho desenvolvido em grupo, também recai sobre os profissionais a necessidade de dominar e entender a dinâmica que se estabelece entre os participantes, manifestada pelas mais diversas reações, especialmente frente a temáticas delicadas e que dizem respeito à intimidade conjugal (Neumann & Wagner, 2017).

É evidente, assim, a relevância de atentar para os profissionais que coordenam as ações de educação conjugal. Na literatura internacional, encontram-se alguns dados acerca das características usuais e desejáveis dos moderadores desses programas. No que diz respeito à sua formação, é comum que os programas de educação conjugal sejam coordenados por psicólogos (Baucom et al., 2006), estudantes de psicologia (Markman, Floyd, Stanley, & Storaasli, 1988) e estudantes de pós-graduação em psicologia clínica e aconselhamento psicológico (Owen et al., 2013, Zemp et al., 2017). Muitas intervenções relataram a participação de dois moderadores, sendo comum a co-coordenação de uma mulher e um homem (Quirk, Owen, Inch, France, & Bergen, 2014).

Pesquisas demonstram que, quanto maior a aliança terapêutica entre moderador e participantes, melhores os resultados dos casais no que diz respeito à comunicação positiva, ao nível de comprometimento de cada membro do casal com o relacionamento e com a diminuição de interações negativas entre o casal (Ketring et al., 2017, Quirk et al., 2014). Outro estudo encontrou que a similaridade entre o nível educacional dos participantes e de, pelo menos, um dos moderadores, foi um preditor de mudanças no funcionamento individual dos participantes, quanto ao manejo dos conflitos, à diminuição dos indicadores de depressão e ao aumento do

sentimento de autoeficácia (Bradford, Adler-Baeder, Ketring, & Smith, 2012). Nesse mesmo estudo, identificou-se que a semelhança entre o estado civil dos participantes e de, pelo menos, um dos moderadores, também foi um preditor do nível de mudança no funcionamento conjugal, reverberando na qualidade do relacionamento, no sentimento de felicidade, nas interações positivas e no ajustamento conjugal.

Como se pode perceber, mais do que a formação e o desempenho teórico-técnico dos profissionais moderadores, existem outros fatores relacionados à tarefa de coordenação que influenciam nos resultados percebidos pelos casais participantes de programas de educação conjugal. Considerando o ineditismo desse tipo de proposta no Brasil, é de grande relevância conhecer a experiência dos profissionais brasileiros que coordenaram as oficinas que compõem o programa de educação conjugal *Viver a dois: Compartilhando este desafio* (Wagner et al., 2015). Explorar tais aspectos possibilita uma compreensão diferenciada dos processos que acontecem durante a execução deste programa, e envolve investigar tanto as possibilidades quanto os desafios vivenciados pelos moderadores durante estas ações. Frente a isso, este estudo tem como objetivo investigar as perspectivas e os desafios em coordenar o programa psicoeducativo para casais *Viver a dois: Compartilhando este desafio* (Wagner et al., 2015), segundo o relato de profissionais que trabalharam com tal tecnologia social.

Método

Participantes

Participaram deste estudo 28 profissionais de nível superior, do sexo feminino, que coordenaram dez grupos do Programa *Viver a dois: Compartilhando este desafio*, abrangendo um total de 65 casais heterossexuais. Para tanto, as profissionais atuaram em equipes formadas por três integrantes, organizadas de acordo com os seguintes papéis: a) Moderadoras: profissionais que coordenaram as oficinas; b) Auxiliares: profissionais que auxiliaram as moderadoras na coordenação; e c) Observadoras: profissionais que observaram o desenvolvimento das oficinas. Dentre as participantes, 10 eram moderadoras, 9 eram auxiliares e 9 eram observadoras.

As equipes atuavam em Secretarias de Saúde, CRAS, CREAS, Centros de Formação em Terapia de Família e Casal e Universidades, e estavam distribuídas em cinco cidades do sul do Brasil. Desta forma, houve participação de equipes atuantes em contextos de metrópole, região metropolitana, cidades do interior com mais de 100 mil habitantes e cidades do interior

com menos de 20 mil habitantes. Para participar do estudo, as equipes participaram de treinamento sobre o Programa Viver a dois, com carga horária de 10h.

As equipes foram formadas apenas por mulheres devido às possibilidades dos contextos de trabalho e do interesse dos profissionais. Todas as moderadoras possuíam curso superior e nove delas possuíam ou estavam fazendo pós-graduação, sendo nove psicólogas e uma pedagoga. Sua média de idade foi de 36 anos ($DP = 10,35$). As auxiliares e observadoras possuíam curso superior (57,8%, $n = 11$) ou eram estudantes de graduação (42,1%, $n = 8$), atuando nas áreas de psicologia, assistência social, enfermagem e gestão pública. As médias de idade foram de 33 anos para as auxiliares ($DP = 6,27$) e 29 anos para as observadoras ($DP = 10,38$).

Instrumentos

Instrumento de intervenção. O programa “Viver a dois: Compartilhando esse desafio” tem como objetivo fomentar nos casais a ampliação do leque de estratégias utilizadas no enfrentamento de seus conflitos. É formado por seis oficinas realizadas em grupos de quatro a oito casais, com frequência semanal e duração variando entre 1h30 e 2h cada encontro. Os temas abordados pelo programa são mitos conjugais, conflito conjugal (temas, frequência, intensidade e estratégias de resolução), sexualidade e lazer a dois. Sua operacionalização envolve a participação ativa dos casais por meio de tarefas interativas, lúdicas e psicoeducativas. As atividades são conduzidas por profissionais de nível superior, com base em um manual que explica o passo a passo de cada oficina (Wagner et al., 2015).

Instrumento de coleta de dados. Realizou-se uma entrevista em grupo de caráter exploratório com cada equipe coordenadora. A entrevista em grupo consiste no uso de questionamentos de mais de um indivíduo simultaneamente, e pode ser utilizada para avaliar experiências compartilhadas pelos membros do grupo (Fontana & Frey, 2005). Uma vez que as três integrantes da equipe participaram conjuntamente das oficinas, optou-se por esta modalidade de entrevista para oportunizar a construção conjunta dos dados. Este formato de entrevista permite que as respostas individuais sejam elaboradas a partir da resposta das demais participantes, possibilitando a complementação e o enriquecimento na produção das informações (Fontana & Frey, 2005). Este enriquecimento ocorre pela identificação de concordâncias e divergências nas respostas dos participantes, favorecendo a reflexão sobre o tema no aqui e agora da entrevista. A entrevista foi realizada com base em um roteiro pré-definido (Anexo E), que investigou a experiência de coordenar um programa psicoeducativo para casais, o relacionamento entre a equipe, o relacionamento com os casais e os desafios

identificados. As profissionais participantes também preencheram uma ficha de identificação contendo informações sociodemográficas (Anexo F).

Procedimentos

Contextualização. Este estudo integra uma investigação maior, com o objetivo de avaliar os indicativos de eficácia do programa Viver a Dois. Para tanto, as profissionais responderam a um *checklist* após cada oficina, na qual indicavam o quanto haviam realizado os procedimentos esperados para cada encontro. Além disso, mensuravam semanalmente indicativos de satisfação a respeito das oficinas.

Procedimentos de coleta de dados. Após o término das seis oficinas, foi realizada uma entrevista em grupo com cada equipe coordenadora, totalizando dez entrevistas. As entrevistas foram realizadas conjuntamente com moderadora, auxiliar e observadora, possibilitando o compartilhamento e a construção conjunta das informações (Fontana & Frey, 2005). Todas foram conduzidas pela mesma pesquisadora, uma das autoras deste estudo. As entrevistas foram audiogravadas, com a permissão das participantes.

Procedimentos de análise dos dados. Após a realização das entrevistas, as mesmas foram transcritas na íntegra e revisadas, resguardando-se a identidade das participantes. Os dados foram analisados pelo método da Análise Temática (Braun & Clarke, 2006), no software NVivo, versão 11. Foi realizada uma análise indutiva, de modo que o delineamento dos temas esteve diretamente relacionado aos dados do *corpus*. A análise foi realizada conforme os seguintes passos: 1) Familiarizando-se com os dados: realização de leitura ativa do *data-set*, buscando significados e padrões que indicassem possíveis temas. Nesta etapa, buscou-se identificar o maior número possível de temas abordados pelas participantes nas dez entrevistas; 2) Gerando códigos iniciais: com base nos indicativos da etapa anterior, realizou-se nova leitura do *data-set*, desta vez, codificando o texto. Nesta etapa, cada trecho das entrevistas foi codificado conforme as temáticas identificadas previamente; 3) Buscando temas: consistiu na análise dos códigos, que foram revisados exaustivamente na procura de similaridades e diferenças entre eles, até obter a formação dos temas, com seus respectivos excertos. Para tanto, não se considerou a quantidade de vezes em que um mesmo tema tenha sido citado, mas sim os aspectos que caracterizavam aquela resposta como distintiva das demais temáticas e com relevância para o escopo do estudo; 4) Revisando os temas: envolveu o refinamento dos conteúdos, por meio dos critérios de homogeneidade interna e heterogeneidade externa. Foram realizadas duas sub-fases: a) Os excertos de cada tema foram lidos e, quando necessário, recodificados, até se considerar que formavam um padrão coerente; b) O *data-set* foi relido na

íntegra, para verificar se os temas eram representativos do *data-set* e se havia algum outro dado que podia ter passado despercebido anteriormente; 5) Definindo e nomeando temas: consistiu na descrição do escopo de cada tema; e 6) Produzindo o *report*: envolveu a descrição completa e detalhada dos temas, com a inclusão de excertos exemplificativos (Braun & Clarke, 2006).

Considerações éticas

Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Instituto de Psicologia da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, sob o número CAAE 43881515.6.0000.5334 (Anexo V). Todas as profissionais participantes assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (Anexos T e U), assim como os casais que participaram dos grupos (Anexo S).

Resultados

A partir da Análise Temática, foram delineados quatro temas. O primeiro deles, Desafios relacionais, diz respeito às percepções das equipes acerca do relacionamento com os casais. O segundo tema, Desafios no cumprimento dos papéis, aborda os sentimentos das profissionais em relação ao desempenho dos papéis de moderadoras, auxiliares e observadores. Já o tema Desafios relacionados às reações dos casais reúne as reflexões acerca de situações consideradas obstaculizadoras do desenvolvimento do programa. Por fim, o tema Possibilidades do programa caracteriza as potencialidades e perspectivas deste para o trabalho com casais.

Desafios relacionais

O tema Desafios relacionais diz respeito às percepções das equipes acerca do relacionamento estabelecido com os grupos de casais. De forma geral, as equipes reportaram que estabeleceram uma boa relação com os participantes. No entanto, avaliaram que esta relação se deu conforme as características de cada grupo. Aqueles com maior proximidade entre os participantes também foram aqueles que desenvolveram maior proximidade com as coordenadoras:

“Moderadora 8 – (...) o vínculo que se constituiu foi muito bom, de muito carinho mesmo. De verdade. Eu fiquei chateada com o fim. (...)”

Por sua vez, os grupos que mantinham uma relação mais reservada entre si mantiveram este tipo de funcionamento também com as coordenadoras:

“Observadora 7 – Eu acho que foi tranquilo. (...) por exemplo, a... (participante, mulher) veio pedir orientação, um outro casal também veio depois pedir orientação, então criou vínculo, né? (...) de repente esse não conseguir se aproximar tanto (...) é em função do jeito do grupo funcionar, né?”

A dificuldade de vinculação com o grupo de casais apareceu no relato de uma das equipes investigadas. Por um lado, este aspecto foi atribuído às características do grupo. Por outro, foi justificado pelo impacto negativo que a execução de um programa estruturado gerou na espontaneidade da equipe moderadora. Uma vez que cada oficina possuía um roteiro bastante definido, com orientações claras acerca de quais aspectos deveriam ser abordados e discutidos, a equipe se sentiu inibida na condução das atividades, impactando na vinculação com o grupo.

Desafios no cumprimento dos papéis

A percepção acerca dos papéis específicos de moderador, auxiliar e observador, utilizados neste estudo, foi bastante discutida pelas profissionais participantes, que destacaram alguns desafios no seu cumprimento. Tais desafios serão abordados em três subtemas correspondentes, quais sejam, Papel de moderador, Papel de auxiliar e Papel de observador.

Papel de moderador. A experiência das profissionais que assumiram o papel de moderadoras dos grupos foi bastante diversificada. Um dos pontos que mais foi ressaltado pelas participantes se relacionou ao cumprimento do roteiro das oficinas, conforme assinalado anteriormente. Por se tratar de um programa estruturado, cada oficina possuía um roteiro que definia as atividades a serem realizadas, a sua ordem de realização e os aspectos que deveriam ser discutidos com o grupo a partir delas. Muitas moderadoras relataram dificuldades em relação a isso, alegando que o fato de haver um roteiro definido prejudicava a sua espontaneidade na condução do trabalho:

“Moderadora 2 – (...) porque eu tinha que cumprir com o manual. Então muitas vezes eu gostaria de fazer uma coisa e não fazia”.

Apesar disso, ressaltaram a necessidade da existência do roteiro para a manutenção do foco das atividades:

“Moderadora 7 – Mas o manual, assim, ele estrutura. E o maior desafio pra mim foi seguir a estrutura, não fugir daquilo. Porque é muito fácil. Eles puxam um assunto, e (é muito fácil) entrar naquilo”.

Frente a esse impasse entre o estilo próprio e a prescrição do manual, as moderadoras relataram a necessidade de adaptar as suas falas, expressando os conteúdos previstos de maneira própria e considerando o perfil e as demandas dos grupos:

“Moderadora 9 – (...) quando a gente citava exemplos a gente colocava o que estava ali no manual (...) e aí a gente perguntava se as pessoas entenderam, e tentava ir mediando, fazendo uma aproximação, né?”.

As profissionais também falaram sobre o quanto se sentiram preparadas para coordenar as oficinas. Por um lado, dentre as profissionais que não possuíam formação e experiência específicas para o trabalho com casais, algumas relataram ter sentido falta de maior suporte teórico, por não ter subsídios para aprofundar a discussão:

“Moderadora 7 – (...) eu senti bastante dificuldade, por exemplo, eu sei que tinha o livro como aporte teórico. Mas, por exemplo... Acho que na quarta oficina (...) complementar aquilo pro moderador teoricamente (seria importante)”.

Por outro lado, para as profissionais que possuíam formação e experiência específicas para o trabalho com casais, o desafio era distinguir entre aquilo que deveriam compartilhar e discutir com o grupo e aquilo que, apesar de compreenderem, não deveriam abordar:

“Moderadora 5 – Eu vi isso como um lado bom e um lado ruim, de ser terapeuta (de casais); o lado bom é que eu me senti super à vontade no manejo, do que ia vir, e realmente fui supertranquila para as oficinas. O outro lado é que, bom, dá vontade de explorar, e tu não pode, né? (...) E acho que o entendimento vai pra além e tu tem que poder trabalhar isso em ti, e não no grupo”.

Papel de auxiliar. Em geral, as profissionais que atuaram no papel de auxiliares se mantiveram em um papel mais operativo, apresentando uma interação menor com o grupo:

“Auxiliar 2 – Eu senti que eu poderia ter me exposto mais. Ter me posicionado mais, agido mais, atuado, falado mais com o grupo, porque eu (...) me colocava realmente na posição de auxiliar, sabe? Quando solicitava eu auxiliava, ou eu entrava em algum momento, mas (...) no final eu senti que eu poderia ter feito mais”.

Este funcionamento se deu, em partes, à orientação dada às profissionais no início da pesquisa acerca da divisão dos papéis na coordenação das oficinas. Apesar disso, algumas profissionais não se sentiram confortáveis neste papel, por não conseguir delimitar claramente até onde poderiam intervir. A fala de uma profissional que participou de dois grupos, primeiramente como auxiliar e depois como moderadora, ilustra esse sentimento:

“Moderadora 4 – Eu estava de auxiliar antes (no primeiro grupo) (...) e passei pra moderadora. (...) Agora eu consigo entender um pouco melhor qual é o papel de fato de estar ali auxiliando. Porque eu não me colocava tanto, eu achava que (...) quando era pra auxiliar, eu tentava desaparecer. (...) pra não sobrepor, pra não... e agora eu vejo que não. Porque (...) a gente fica muito presa ali no roteirinho (enquanto moderadoras). (...) Então por mais que tu mude as palavras ou não, tu precisa colocar (o que está previsto). E às vezes nesse seguir o roteiro, tu esquece de reforçar coisas que podem ser importantes, né? E eu acho que a Aux.4 fez isso brilhantemente (no segundo grupo). De fazer o gancho com a fala deles. Então eu acho que eu consigo ver muito mais hoje o poder do auxiliar. (...) é de repente reforçar um pouquinho mais alguns assuntos que pro grupo sejam interessantes, tu falar um pouquinho mais, se prender em algumas questões”.

Papel de observador. Por sua vez, os observadores não relataram dificuldades na compreensão e desempenho do seu papel, porém, destacaram ter sido um desafio permanecer mais afastados, sem interagir verbalmente com o grupo:

“Observadora 8 – O primeiro dia foi horrível, eu estava sentada na mesa assim... (demonstra uma postura de aproximação física ao grupo). Na (oficina) dos bonequinhos eu fiquei muito angustiada, parecia que eu tinha que ir lá ajudar. Nos outros, aí já foi mais tranquilo (...). Eu acho que para mim foi um exercício fantástico, né? Muitas vezes eu queria, “bah, mas dava para falar isso”, mas aí não dava né? (...). Mas eu acho que eu vivi junto, acho que foi uma experiência legal nesse sentido. De estar de fora, mas vivenciando isso tudo. Acho que foi muito legal”.

Apesar disso, valorizaram a oportunidade de observar os movimentos dos participantes de uma maneira mais livre, sem a necessidade de dar conta das demandas da coordenação:

“Observadora 4 – (...) nossa, dava pra ver muita coisa, né? Acho que pela leveza também do papel, né? Não tô ali cumprindo com o manual. Mas de poder observar o grupo, como é que eles estão sentados, se estão mais pertos, se estão mais próximos, se estão mais jogados, mais resistentes”.

Em poucos grupos os observadores auxiliaram em alguma atividade pontual, tendo uma participação um pouco maior. Apesar disso, os grupos de casais os aceitaram bem. Alguns grupos demonstraram curiosidade em saber o que os observadores anotavam, mas, em sua maioria, aceitaram com facilidade o seu papel na equipe:

“Moderadora 3 – Eu acho que pra eles também ficou uma coisa bem clara, eles nunca pediram alguma coisa do tipo, pra Observadora 3, eles se dirigiam pra nós (...). E também não senti uma coisa persecutória, de ficar observando assim, embora a Observadora 3 tivesse que observar, eu dizia ‘ah, ela tá me observando, então não se preocupem, a gente também tá sendo avaliadas, vocês estão nos ajudando...’.”

Desafios relacionados às reações dos casais

Durante a realização do programa, diversas situações inesperadas aconteceram e foram consideradas pelas profissionais coordenadoras como obstaculizadoras do desenvolvimento do programa. Dentre essas situações, duas ocorreram com mais frequência: a desvalorização do parceiro(a) e do relacionamento e a ocorrência de comportamentos considerados socialmente inadequados. A desvalorização do parceiro(a) e do relacionamento aconteceu em alguns grupos e foi marcada pelo relato depreciativo de alguns participantes sobre o seu parceiro(a) ou sobre o relacionamento, ou pela exposição de questões de ordem privada e, por vezes, constrangedoras ao grupo:

“Moderadora 11 – Ela lavou a roupa suja no grupo. De menosprezar”.

A ocorrência de comportamentos considerados socialmente inadequados diante do grupo também foi um dos comportamentos mais frequentes considerados pelas profissionais como obstaculizadores do processo. O que caracterizou tais comportamentos foi o não respeitar combinações de contrato de trabalho e/ou os demais participantes do grupo:

“Moderadora 6 – Saíram para atender telefone durante o grupo. Mesmo que a gente fizesse o contrato, assim, lembrasse que não pode chegar atrasado, eles não respeitavam muito. Essa questão de se sentir à vontade e no meio de uma fala não respeitavam muito e iam lá pegar um café, servia, sentava. O modo de se sentar também, muito largado”.

Outras cinco situações ocorreram com menor frequência, mas também foram consideradas delicadas pelos moderadores. A primeira delas diz respeito à fuga do tema de discussão, que ocorria especialmente em oficinas que abordavam temas densos, como sexualidade e conflito. Nessas situações, alguns casais passaram a falar de filhos ou utilizar de humor para abordar o tema, mantendo a discussão em um tom superficial:

“Moderadora 4 - Por outro lado, como eles eram bastante falantes, a dificuldade de manejo mesmo, de tentar ficar voltando o tempo todo para o tema, porque eles, em alguns momentos, até quebravam assim (a discussão), não sei se proposital

ou não, quando o tema mexia, né? Um tema que a gente sentiu mais, foi sexualidade. (...) Então até uma tentativa de desmerecer o tema, sabe? (...) Teve um que contou uma piada, né? (...) Uma piada pejorativa”.

A segunda situação diz respeito aos casais que, em alguma oficina em específico, vieram conflituados desde casa. Esta situação ocorreu poucas vezes, mas foi considerada pelas equipes como bastante difícil de manejar. De acordo com as equipes, além de os demais casais perceberem o clima emocional do casal conflituado, um nível alto de desentendimento dificultava que os parceiros conseguissem dialogar e refletir sobre os temas trabalhados:

“Moderadora 6 – Dois casais que vieram, um dos casais veio mais de uma vez brigados, e outro que veio um dia. (Os casais) estavam presentes, mas dificultaram um pouco a atividade, porque aí tu vai propor atividade e eles, né, entre eles não queriam se comunicar.

Observadora 6 – E o grupo sente também, né?”

A centralização da discussão por algum casal também foi considerada uma situação de difícil manejo. Houve momentos em que algum casal do grupo centralizou a discussão em torno de questões pessoais, interferindo na realização de tarefas coletivas. Nessas situações, o próprio grupo passou a fazer movimentos para conter estes casais, dando-lhes menos espaço para falar sobre suas dificuldades:

“Observadora 2 – (...) no início eles falavam mais deles, mais coisas pessoais (...). Então tinha que (...) cortar eles para conseguir controlar a situação. Não deixar que eles se expusessem demais, mas também que não se sentissem mal, né? Auxiliar 2 – Em alguns momentos, eu tinha a impressão de que alguns casais já não davam tanto espaço para que eles falassem. No início tinha mais escuta (...) e já nos outros momentos em que eles (...) falavam da própria relação (...) e das dificuldades, os outros casais já não davam tanta abertura”.

Outra situação atípica e de difícil manejo ocorreu quando um casal trouxe filhos pequenos durante a realização de algumas oficinas, especificamente, aquelas que tratavam de temas densos, como conflito e sexualidade. Nesse sentido, os filhos foram percebidos pelas equipes como uma tentativa de dificultar a reflexão:

“Moderadora 7 - Nós tínhamos um casal que há três encontros trazia um bebê de um ano e oito meses, né? Como é que tu vai falar sobre sexualidade com um bebê?

Auxiliar 7 – E assim, visivelmente para atrapalhar”.

Por fim, outra situação considerada obstaculizadora foi a vinda de uma pessoa sozinha, sem o seu cônjuge. Mesmo com a combinação de que a participação na oficina poderia ocorrer apenas mediante o comparecimento de ambos os cônjuges, houve uma situação em que um dos parceiros chegou sozinho enquanto a oficina já acontecia, alegando que seu cônjuge em breve chegaria:

“Moderadora 6 – Ele chegou, e entrou, e chegou sozinho. E já tinha uns 15 minutos de oficina. (...) E eu disse ‘E a (participante, mulher)? Lembra que a gente tinha combinado?’. E ele: ‘Não, ela já tá vindo’. Aí, eu fiquei assim ‘será que eu tiro ele da sala?’. Porque iria causar um desconforto (...). Aí eu falei ‘não, mas ela já tá chegando mesmo ou ela vai demorar? Porque vocês sabem que tem que fazer as atividades em conjunto’. E aí depois ela chegou. Mas foi um momento meio tenso, porque eu não sabia o que eu fazia naquele momento”.

Em decorrência de situações como estas, os moderadores foram, algumas vezes, demandados a prover auxílio e orientação a alguns casais individualmente após as oficinas, encaminhando situações particulares. Em alguns casos, foi necessário efetuar encaminhamentos para terapia de casal.

Possibilidades do programa

Mesmo com a percepção de diferentes desafios e obstáculos associados à coordenação do programa Viver a dois, as profissionais o avaliaram como uma tecnologia que proporciona uma gama de possibilidades na promoção de saúde dos casais. Em primeiro lugar, as participantes destacaram o programa como uma proposta inovadora, que permite novas maneiras de trabalhar com casais:

“Observadora 8 – Eu acho que foi muito rico (...). Foi uma experiência para nós, muito interessante. Exatamente porque é o outro lado do balcão, (...) nós estamos sempre do outro lado (i.e. atendimento clínico). Para mim abriu uma possibilidade enorme de trabalho, de possibilidades. De coisas que a gente não tinha se dado conta que dava para fazer”.

Nesse sentido, as profissionais também ressaltaram que o formato do programa, contando com atividades práticas e participativas, foi algo marcante:

“Auxiliar 7 – A gente percebia nos casais, o material é bem elaborado. O fato, acho, de eles fazerem a atividade e não ficarem só no expositivo, acho que é muito bom. (...) você colocar no papel e pensar, por mais que tenha resistência deles, eles pensaram em algumas coisas, sem dúvida”.

Há relatos acerca da importância do espaço proporcionado pelo programa como uma possibilidade de reflexão sobre a conjugalidade e de promoção de saúde:

“Moderadora 1 – Para mim ficou uma coisa muito nítida, do quanto é importante. De que seria importante todos os casais (participarem). A coisa da saúde, entendeu? Para mim o que mais marcou foi isso. (...) E eles falaram: ‘quase todo mundo deveria ter isso, a gente comenta nas rodas de amigos’.”

Esta possibilidade de intervir na vida conjugal dos casais, favorecendo o aprendizado de novas maneiras de vivenciar a conjugalidade, se estendeu a outros domínios da vida das profissionais. Elas destacaram a influência do programa na reflexão sobre a sua própria conjugalidade, bem como nas possibilidades de trabalho em instituições de saúde:

Auxiliar 7 – (...) o programa é muito valido, ele é muito bom. Faz a gente pensar em coisas da gente, e também poder pensar sobre quem a gente tá atendendo. Porque assim, (...) a gente sabe que tem que trabalhar sexualidade, tem que trabalhar isso, tem que trabalhar aquilo, mas não existe nada estruturado ainda para atender (...) desta forma”.

Discussão

O relato das profissionais que coordenaram o programa de educação conjugal Viver a dois: Compartilhando este desafio permitiu a identificação de quatro temas concernentes ao objetivo deste estudo, três associados aos desafios da coordenação de tais programas e um associado às suas possibilidades. O tema Desafios relacionais abordou o impacto da relação estabelecida entre as equipes coordenadoras e os casais no desenvolvimento do programa. Segundo a percepção das moderadoras, o desenvolvimento do vínculo foi permeado pelas características dos grupos, havendo grupos com maior e com menor proximidade das equipes. O vínculo emocional é um dos três componentes da aliança terapêutica, e diz respeito ao cuidado, confiança e conexão emocional entre clientes e profissionais (Bordin, 1979; McClintock, Perlman, McCarrick, Anderson, & Himawan, 2017). Os outros componentes são o compartilhamento de objetivos e a concordância entre profissional e cliente a respeito das técnicas utilizadas no tratamento. Na experiência relatada pelas equipes, o vínculo emocional parece ter sido o elemento com maior variabilidade entre os grupos, exigindo maior atenção e cuidado por parte das moderadoras. Entretanto, estudos indicam que as características dos líderes contribuem em grande parte na formação da aliança terapêutica (Owen Rhoades, Stanley, & Markman, 2011). Nesse sentido, reitera-se a necessidade de que os moderadores se

sintam preparados para o trabalho com grupos e com casais, de modo que possam, dentro das circunstâncias, manejar adequadamente aqueles que apresentam níveis mais baixos de vinculação emocional.

O tema Desafios no cumprimento dos papéis diz respeito aos sentimentos das profissionais em relação aos papéis e demandas associadas à função de moderadoras, auxiliares e observadores. Para as moderadoras, o cumprimento das atividades conforme havia sido proposto no manual do programa foi considerado um dos principais desafios, impactando na aliança terapêutica. Neste estudo, este aspecto pareceu amplificado por questões relacionadas à metodologia da pesquisa. Uma vez que a aplicação do programa Viver a dois estava associada a um estudo de eficácia, havia a necessidade, e a consequente preocupação por parte das profissionais, de que as atividades fossem realizadas o mais próximo o possível das instruções contidas no manual do programa. Para que tal verificação fosse possível, logo após o término de cada oficina, moderadoras, auxiliares e observadoras assinalavam, a partir de um *checklist*, quais atividades haviam conseguido realizar, dentre todas as previstas. Entende-se que tal procedimento, necessário na fase atual de pesquisas sobre o programa, contribuiu para a sensação das moderadoras de se sentirem presas ao protocolo.

Nesse sentido, por um lado, ressalta-se a importância de seguir os passos apresentados para que se possa cumprir com a proposta do programa, característica inerente às modalidades estruturadas de intervenção (Neumann, Mosmann, & Wagner, 2015). Por outro lado, entende-se que atender à estrutura do programa não deve se sobrepor à espontaneidade e ao estilo pessoal dos moderadores. O estilo e a experiência de cada moderador é o que, muitas vezes, favorece o vínculo de confiança, pois faz a relação genuína. Tais características ganham importância ao se considerar que a capacidade do moderador de estabelecer uma aliança terapêutica é mediadora dos resultados que os casais irão obter em seu próprio relacionamento ao participar de ações de educação conjugal (Ketring et al., 2017, Owen et al., 2011, Quirk et al., 2014). Assim, ao iniciar um programa estruturado, tal como o Viver a Dois, uma das principais tarefas dos moderadores é a de conciliar a normatividade inerente a esse tipo de programa com a sua subjetividade e com a demanda do grupo de participantes, já que, inevitavelmente, cada profissional irá lançar mão dos seus recursos pessoais para se vincular ao grupo no desenvolvimento das tarefas.

De fato, coordenar um programa estruturado de educação conjugal envolve dar conta de uma grande variedade de elementos, que vão muito além das atividades programadas. O trabalho com grupos de casais pode originar uma grande variedade de respostas e reações por parte dos sujeitos (Neumann, 2017a), algumas das quais de difícil manejo, o que constitui o terceiro eixo de desafios percebidos neste estudo. Diante disso, evidencia-se a importância de

que o trabalho seja realizado em equipes e que se faça um acompanhamento com reuniões sucessivas a fim de planejar as estratégias e avaliar o processo. Um grande número de estudos corrobora tal perspectiva ao lançar mão de, pelo menos, dois profissionais na coordenação de programas de educação conjugal (Hurwich-Reiss, Rindlaub, Wadsworth, & Markman, 2014). Assim, a possibilidade de que o auxiliar assumira um papel mais ativo também pode contribuir para diminuir a sensação de sobrecarga dos moderadores.

Outro aspecto de grande relevância destacado pelos moderadores diz respeito à formação dos profissionais que coordenam o programa. Nesta amostra, a grande maioria das moderadoras eram psicólogas, havendo uma moderadora com formação em pedagogia. Dentre as auxiliares e observadoras, a formação era mais diversificada. Apesar de esta ser uma amostra muito pequena para efetuar generalizações, não apareceram diferenças entre a equipe no que se refere ao desempenho de seu papel, em decorrência do tipo de curso de graduação acadêmica das moderadoras. Em estudos internacionais, percebe-se predominância de moderadores que estão em formação em terapia de casal (Owen et al., 2013, Zemp et al., 2017), embora alguns estudos relatem apenas que os moderadores foram treinados para aplicar o programa, sem especificar a sua formação original (Lucier-Greer, Adler-Baeder, Ketring, Harcourt, & Smith, 2012).

No presente estudo, a maior diferença observada neste aspecto diz respeito à formação de pós-graduação, no caso, a especialização em terapia de casal. Parte das profissionais que não possuíam formação em terapia de casal relataram a necessidade de maiores subsídios teóricos. Já as moderadoras que eram especialistas em terapia de casal não relataram essa dificuldade, porém, ressaltaram a necessidade de estabelecer uma diferenciação constante entre aqueles aspectos observados no grupo que deveriam ser abordados e trazidos para a discussão, e aqueles que fugiam do escopo do programa, por adentrar em questões da individualidade dos casais, mais característicos no trabalho clínico. Assim, o desafio para o especialista em terapia de casal é o de não atuar como clínico, mas sim focalizar a dinâmica grupal buscando os aspectos transversais ao grupo, objetivando uma perspectiva de promoção e prevenção de saúde.

Apesar da existência de desafios, as participantes também destacaram o programa Viver a dois como uma tecnologia que amplia as possibilidades de trabalho com casais. No Brasil, a maior parte das intervenções com casais ocorre com um foco terapêutico, quando os problemas já estão instalados. Por mais que a prevenção e a promoção de saúde sejam elementos-chaves das políticas públicas associadas ao Sistema Único de Saúde e ao Sistema Único de Assistência Social, ainda há pouco investimento em ações que trabalhem nessa perspectiva e com foco nas relações, especialmente as conjugais.

Nesse sentido, a possibilidade de oferecer intervenções com o foco na prevenção e promoção da saúde conjugal, em um formato que envolve atividades psicoeducativas e lúdicas, amplia o repertório de ações disponíveis aos profissionais que atuam nos mais diferentes contextos de trabalho. Pesquisas internacionais têm reunido evidências da eficácia dos programas de educação conjugal tanto para casais de níveis socioeconômicos médios e altos, quanto para casais em níveis baixos (McGill et al., 2016, Williamson, Altman, Hsueh, & Bradbury, 2016, Zemp et al., 2016). Estudos preliminares acerca do programa Viver a dois também têm demonstrado a sua capacidade em produzir nos casais o aprendizado de novas formas de resolução dos seus conflitos (Neumann, 2017b). Nesse sentido, investir na disseminação destas ações, bem como na capacitação de profissionais para utilizar o programa, é uma forma de investir em promoção e prevenção de saúde familiar.

Os relatos deste estudo dizem respeito à primeira experiência de aplicação do programa Viver a dois pelas equipes participantes. Apenas duas equipes entrevistadas haviam realizado o programa mais de uma vez. Nesse sentido, os resultados aqui apresentados podem ser de grande utilidade para profissionais interessados em aplicar o programa Viver a dois em seus contextos laborais, uma vez que descrevem situações que podem ocorrer durante a aplicação do programa. Da mesma forma, tais resultados podem ser utilizados para refletir sobre a oferta de outras modalidades de intervenção em grupo, especialmente intervenções estruturadas.

Dentre as limitações desse estudo, ressalta-se que a amostra é de tamanho pequeno e se concentra na região sul do país. Assim, apesar de ter havido variação no nível socioeconômico e cultural dos casais participantes, os resultados não podem ser generalizados para toda a diversidade cultural brasileira. Também é necessário considerar que, em sua maioria, as equipes realizaram apenas um grupo. Desta forma, estudos similares com equipes mais experientes poderiam produzir resultados diversificados. Além disso, uma limitação importante é a presença apenas de profissionais mulheres como partes das equipes. Considera-se que equipes mistas poderiam resultar em processos diferentes daqueles que apareceram nesse estudo.

Referências

- Baucom, D. H., Hahlweg, K., Atkins, D. C., Engl, J., & Thurmaier, F. (2006). Long-term prediction of marital quality following a relationship education program: Being positive in a constructive way. *Journal of Family Psychology*, 20(3), 448–455. doi:10.1037/0893-3200.20.3.448

- Bordin, E. S. (1979). The generalizability of the psychoanalytic concept of the working alliance. *Psychotherapy: Theory, Research, & Practice, 16*, 252–260. doi:10.1037/h0085885
- Bradford, A. B., Adler-Baeder, F., Ketring, S. A., & Smith, T. A. (2012). The role of participant-facilitator demographic match in couple and relationship education. *Family Relations, 61*(1), 51–64. doi:10.1111/j.1741-3729.2011.00679.x
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology, 3*(2), 77–101. doi: 10.1191/1478088706qp063oa
- Einhorn, L., Williams, T., Stanley, S. M., Wunderlin, N., Markman, H. J., & Eason, J. (2008). PREP inside and out: Marriage Education for inmates. *Family Process, 47*(3), 341–56. Retrieved from <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18831311>
- Fontana, A., & Frey, J. H. (2005). The interview: From neutral stance to political involvement. In N. K. Denzin & Y. S. Lincoln (eds.), *The SAGE handbook of qualitative research*. (pp. 695–727). London: SAGE Publications, Inc.
- Halford, W. K., & Bodenmann, G. (2013). Effects of relationship education on maintenance of couple relationship satisfaction. *Clinical Psychology Review, 33*(4), 512–525. doi:10.1016/j.cpr.2013.02.001
- Halford, W. K., Markman, H. J., Kline, G. H., & Stanley, S. M. (2003). Best practice in couple relationship education. *Journal of Marital and Family Therapy, 29*(3), 385–406. doi: 10.1111/j.1752-0606.2003.tb01214.x
- Hawkins, A. J., Stanley, S. M., Blanchard, V. L., & Albright, M. (2012). Exploring programmatic moderators of the effectiveness of marriage and relationship education programs: A meta-analytic study. *Behavior Therapy, 43*(1), 77–87. doi:10.1016/j.beth.2010.12.006
- Hurwich-Reiss, E., Rindlaub, L. A., Wadsworth, M. E., & Markman, M. J. (2014). Cultural adaptation of a family strengthening intervention for low-income Spanish-speaking families. *Journal of Latina/o Psychology, 2*(1), 21–36. doi: 10.1037/lat0000010
- Ketring, S. A., Bradford, A. B., Davis, S. Y., Adler-Baeder, F., McGill, J., Smith, T. A. (2017). The role of the facilitator in couple relationship education. *Journal of Marital and Family Therapy 43*(3): 374–390. doi: 10.1111/jmft.12223
- Lucier-Greer, M., Adler-Baeder, F., Ketring, S. A., Harcourt, K. T., & Smith, T. (2012). Comparing the experiences of couples in first marriages and remarriages in couple and relationship education. *Journal of Divorce & Remarriage, 53*(1), 55-75. doi: 10.1080/10502556.2012.635970

- Markman, H. J., Floyd, F. J., Stanley, S. M., & Storaasli, R. D. (1988). Prevention of marital distress: A longitudinal investigation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56(2), 210–217. Retrieved from <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/3372828>
- McClintock, A. S., Perlman, M. R., McCarrick, S. M., Anderson, T., & Himawan, L. (2017). Enhancing psychotherapy process with common factors feedback: A randomized, clinical trial. *Journal of Counseling Psychology*. Advance online publication. doi:10.1037/cou0000188
- McGill, J., Adler-Baeder, F., Bradford, A. B., Kerpelman, J., Ketrings, S. A., Sollie, D. (2016). The role of relational instability on individual and partner outcomes following couple relationship education participation. *Family Relations* 65(3), 407–423. doi:10.1111/fare.12201
- Neumann, A. P., Mosmann, C. P., & Wagner, A. (2015). Viver a dois: É possível educar para a conjugalidade? In: A. Wagner, D. Falcke, & C. P. Mosmann. *Viver a dois: Oportunidades e desafios da conjugalidade* (pp. 101-112). São Leopoldo: Editora Sinodal.
- Neumann, A. P. (2017a). The experience of coordinating a marital education program: A moderators' perspective. Manuscrito submetido para publicação.
- Neumann, A. P. (2017b). Programa psicoeducativo para casais: avaliação dos resultados relativos a qualidade e o conflito conjugal. Manuscrito não publicado.
- Owen, J. J., Manthos, M., & Quirk, K. (2013). Dismantling study of prevention and relationship education program: The effects of a structured communication intervention. *Journal of Family Psychology*, 27(2), 336–341. doi:10.1037/a0031597
- Owen, J. J., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., & Markman, H. J. (2011). The role of leaders' working alliance in premarital education. *Journal of Family Psychology*, 25(1), 49–57. doi: 10.1037/a0022084
- Quirk, K., Owen, J. J., Inch, L. J., France, T., & Bergen, C. (2014). The alliance in relationship education programs. *Journal of Marital and Family Therapy*, 40(2), 178–192. doi:10.1111/jmft.12019
- Wadsworth, M. E., & Markman, H. J. (2012). Where's the action? Understanding what works and why in relationship education. *Behavior Therapy*, 43(1), 99–112. doi:10.1016/j.beth.2011.01.006
- Wagner, A., Neumann, A.P., Mosmann, A. P., Levandowski, D. C., Falcke, D., Zordan, E. P., ..., & Scheeren, P. (2015). 'Viver a dois: Compartilhando esse desafio': Uma proposta psicoeducativa para casais. Porto Alegre: Sinodal.

- Williamson, H. C., Altman, N., Hsueh, J., & Bradbury, T. N. (2016). Effects of relationship education on couple communication and satisfaction: A randomized controlled trial with low-income couples. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 84*(2), 156–166. doi: 10.1037/ccp0000056
- Zemp, M., Merz, C. A., Nussbeck, F. W., Halford, W. K., Gmelch, M .S., & Bodenmann, G. (2017). Couple relationship education: A randomized controlled trial of professional contact and self-directed tools. *Journal of Family Psychology, 31*(3), 347–357. doi: 10.1037/fam0000257

CAPÍTULO 6

Derivações da experiência adquirida neste estudo: alterações realizadas na edição brasileira e na edição espanhola do programa viver a dois

Durante o desenvolvimento desta pesquisa, utilizou-se uma diversidade de estratégias metodológicas que nos permitiram acompanhar de maneira mais próxima a experiência de participação no programa para os moderadores e para os casais. O conjunto destas avaliações nos forneceu uma riqueza de informações adicionais que vão além do escopo desta tese, mas que nos permitiu identificar como cada uma das oficinas estava sendo experienciada na prática, tanto pelos casais quanto pelos moderadores. De modo geral, podemos dizer que obtivemos retornos satisfatórios acerca do programa como um todo e da maior parte das atividades previstas. Contudo, como não poderia deixar de ser, identificamos alguns aspectos que poderiam ser aprimorados.

As três estratégias metodológicas que nos forneceram informações para a realização dessas alterações foram:

Entrevista em grupo. Esta entrevista já foi descrita, neste documento, nos Capítulos 4 e 5. Realizou-se uma entrevista em grupo de caráter exploratório com cada equipe coordenadora. A entrevista em grupo consiste no uso de questionamentos de mais de um indivíduo simultaneamente, e pode ser utilizada para avaliar experiências compartilhadas pelos membros do grupo (Fontana & Frey, 2005). Uma vez que as três integrantes da equipe participaram conjuntamente das oficinas, optou-se por esta modalidade de entrevista para oportunizar a construção conjunta dos dados. A entrevista foi realizada com base em um roteiro pré-definido (Anexo E).

Ficha de Avaliação das Oficinas – Para moderadores, auxiliares e observadores (Anexos G a L). Desenvolvida para o presente estudo, teve como objetivo avaliar o desenvolvimento da oficina e a adequação do programa ao contexto. A aplicação desta ficha foi *online* para moderadores e auxiliares, de modo que, após cada oficina, os moderadores e auxiliares recebiam um e-mail com o *link* para o questionário, que deveria ser respondido em até 1 dia após a oficina. Os observadores a respondiam durante a ocorrência da oficina.

Para avaliar o desenvolvimento da oficina, esta ficha continha perguntas sobre a percepção do moderador, auxiliar e observador acerca da relação entre o grupo, da relação entre o grupo e o moderador, da compreensão dos conteúdos e atividades pelo grupo, do quanto o

moderador se sentiu preparado para coordenar cada oficina e da satisfação do moderador com a condução da oficina. Tais questões foram avaliadas em escala *Likert* de seis pontos. Também se disponibilizou um espaço para que os respondentes registrassem, qualitativamente, possíveis dificuldades relacionadas aos procedimentos da oficina, bem como situações inesperadas que possam ter interferido na realização da oficina.

Para avaliar a adequação do programa ao contexto, haviam perguntas que avaliavam, na percepção do respondente, se as atividades realizadas estavam formuladas de maneira adequadas para os casais e o quanto os materiais de apoio estavam formulados em linguagem acessível para os casais.

Ficha de Avaliação das Oficinas – Versão Casais (Anexos M a R). Desenvolvida para o presente estudo, foi aplicada por meio de telefonemas semanais, realizados em até dois dias após a intervenção. O objetivo foi avaliar a experiência e a satisfação dos casais com as oficinas. Para tanto, havia perguntas a respeito de como o participante se sentiu na oficina, quais conteúdos e atividades ele mais gostou e se houve alguma dificuldade em seu desenvolvimento.

Logo após o lançamento do programa *Viver a dois: Compartilhando este desafio no Brasil*, em agosto de 2015, surgiu a oportunidade de publicar uma edição deste programa em língua Espanhola, por meio da Editora CCS, em Madrid. O processo de tradução das oficinas ocorreu quando as coletas de dados desta tese estavam finalizando. Cientes dos aspectos que poderiam ser otimizados no programa, optamos por incorporar à edição espanhola algumas modificações derivadas das experiências realizadas no decorrer desta pesquisa. Desta forma, as alterações realizadas no livro *Vivir en pareja: El arte de enfrentar los conflictos* (Wagner et al., 2017) podem ser consideradas, também, um produto desta tese de doutorado.

Com base nas avaliações das oficinas realizadas na Edição Brasileira, foram realizadas alterações na Edição Espanhola do Programa *Viver a Dois*. Para conhecimento das atividades previstas no programa *Viver a dois – Edição Brasileira* (EB), um resumo pode ser acessado no Anexo A. As alterações realizadas na Edição Espanhola (EE) estão descritas a seguir:

Oficina 1. A Oficina 1 permaneceu intacta.

Oficina 2. Nas experiências realizadas nesta pesquisa, alguns casais se sentiram desconfortáveis durante a listagem dos motivos de conflito de todos os participantes do grupo, realizada na Atividade II da EB – “Nossos conflitos de cada dia”. Isso ocorreu, especialmente,

em grupos pequenos. Além disso, esta era uma atividade de realização bastante rápida, tornando o tempo da oficina mais curto em comparação com as demais. Segundo os moderadores, ainda, muitos casais solicitavam já nesta oficina orientações sobre como encaminhar os conflitos trabalhados na Oficina, relatando a sensação de que faltava um desfecho. Alguns casais também relataram desconforto por voltar para casa com os balões cheios, pois tinham a impressão de que estavam levando consigo uma materialização dos problemas.

Modificações realizadas: A Atividade II da EB – “Nossos conflitos de cada dia”, foi excluída da EE. Para substituí-la, a Atividade I da Oficina 3 da EB – “Quando brigamos”, foi trazida para a Oficina 2 da EE. Desta forma, aspectos relacionados à comunicação e à resolução de conflitos começaram a ser discutidos já na segunda oficina, otimizando o tempo e provendo uma atividade de aplicação mais concreta no dia a dia dos casais. Por fim, na Despedida e fechamento, foi adicionada como atividade o estourar dos balões utilizados na Atividade I.

Oficina 3. Na EE, a Atividade I da EB foi transferida para a Oficina 2. Para preencher o espaço desta atividade, a Atividade II da EB foi desmembrada em duas partes. Na primeira, abriu-se mais espaço para que os casais possam explorar nos bonecos como veem seus parceiros(as). Para tanto, propôs-se que cada participante explicasse ao grupo por que caracterizaram os(as) parceiros(as) da forma como o fizeram.

A Atividade II da EE manteve o teor da EB, focando nas estratégias de resolução de conflitos. Como modificação, abriu-se um espaço maior para que os casais possam conversar sobre as estratégias que mais utilizam em seu relacionamento após assinalá-las nos bonecos.

Na Despedida e fechamento da EE, acrescentou-se uma tarefa de casa com o objetivo de promover a possibilidade de continuação do diálogo sobre as estratégias de resolução de conflitos. Cada casal recebe um cartão com a seguinte instrução: “Escolha um momento e um lugar em que tenham tempo e privacidade para conversar sobre: a) Vocês se sentem satisfeitos com a maneira com a qual estão manejando os seus conflitos? b) Quais são as consequências da forma como vocês resolvem os seus problemas? c) Vocês gostariam de mudar algo? O que? Como”.

Oficina 4. Na EB, esta Oficina possui uma única atividade prática e um momento psicoeducativo extenso. Na EE, este momento psicoeducativo foi transformado na Atividade I – “Cuidado con la relación”. Nesta atividade, cresceu-se uma apresentação sobre o que é a

empatia, seguido das ideias sobre resolução de conflitos que já faziam parte da EB. A Atividade II permaneceu como estava planejada.

Na despedida e fechamento, alterou-se o texto utilizado para a tarefa de casa. Enquanto na EB a crônica utilizada era “Tênis x Frescobol”, de Rubem Alves, na EE optou-se por utilizar um trecho do livro “El amor en los tiempos del cólera”, de Gabriel García Márquez.

Oficina 5. A Oficina 5 permaneceu intacta.

Oficina 6. A Oficina 6 permaneceu intacta.

No ano de 2016, encerrada a coleta de dados da presente pesquisa, e antes de se concretizar a publicação da Edição Espanhola do programa Viver a dois, realizou-se um grupo piloto no Brasil utilizando as modificações sugeridas, sem o uso de avaliações formais (ex. questionários e entrevistas). A equipe moderadora, vinculada ao Núcleo de Pesquisa Dinâmica das Relações Familiares, constatou um bom funcionamento do programa com as modificações. Posteriormente, no ano de 2017, foram realizados outros três grupos de casais no Brasil incorporando estas modificações.

Desta forma, optamos por publicar no site do programa Viver a dois – edição Brasileira, um adendo contendo orientações para que os profissionais que utilizarem o programa em seus contextos possam realizar também essas alterações. Neste adendo, tratamos as mudanças como propostas alternativas. O texto do Adendo encontra-se no Anexo X.

Além disso, cabe ressaltar que o programa Viver a dois: Compartilhando este desafio está sendo traduzido e adaptado para a língua inglesa, por meio de uma parceria com a University of Nebraska – Lincoln, EUA. A edição Americana do programa, intitulada “Living as partners: Turning challenges into opportunities”, também incorpora estas modificações.

Referências

Wagner, A. (coord). (2017). *Vivir en pareja: El arte de enfrentar los conflictos – Programa psicoeducativo para parejas*. Madrid: Editorial CCS.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta tese concretiza o primeiro estudo de avaliação do programa psicoeducativo para casais “Viver a dois: Compartilhando este desafio”. No ano de 2014, quando esta pesquisa iniciou, haviam muitas perguntas a serem respondidas, sendo a principal delas: “Este programa funciona? Ele produz resultados na vida dos casais?”. Hoje, findo este estudo, podemos considerar que avançamos nos conhecimentos relacionados ao programa, que respondemos a algumas perguntas, e que, dessas respostas, outras perguntas surgiram.

Entre os principais resultados desta tese está a constatação, ainda que cautelosa em razão do método quase-experimental, de que o programa Viver a dois é capaz de produzir melhoras na vida dos casais participantes, especialmente no que tange aos conflitos conjugais. Os participantes que concluíram o programa reportaram diminuição na frequência e na intensidade dos conflitos após a participação no programa, aumento no uso da estratégia de resolução de conflitos denominada resolução positiva e redução no uso das estratégias de resolução de conflitos envolvendo no conflito e afastamento, descritas pela literatura como sendo deletérias para o relacionamento. Após cinco meses do término do programa, esses resultados se mantiveram melhores do que eram antes do seu início, o que nos dá um indicativo de estabilidade dos mesmos.

O estudo qualitativo realizado com as profissionais que coordenaram as dez oficinas do programa para investigar as reverberações do programa Viver a dois (Capítulo Quatro), corrobora estes resultados ao demonstrar que as profissionais percebiam, no relato dos participantes, que os mesmos estavam empreendendo esforços para colocar em prática os temas trabalhados nas oficinas que compunham o programa. Nesse sentido, as equipes coordenadoras também relataram a percepção de mais intimidade e de mais proximidade física entre muitos dos casais ao longo das oficinas.

Apesar disso, não podemos dizer que estes resultados foram universais. Observamos neste estudo uma proporção de 18% de casais que desistiram do programa após o seu início. Os casais desistentes foram aqueles que discutiam com mais frequência por temas de alta densidade emocional, quais sejam, infidelidade, falta de confiança ou mentiras e uso de bebida alcoólica, cigarro ou outras drogas. Além disso, segundo a percepção das moderadoras discutida no Capítulo Quatro, muitas das desistências se deram porque as oficinas estavam mobilizando nos casais aspectos relacionais difíceis de manejar.

Esses resultados corroboram a literatura internacional ao identificar que muitos casais que teriam indicação de terapia de casal acabam por buscar ajuda em programas de educação

conjugal (Bradford, Hawkins, & Acker, 2015). Entretanto, estes programas não possuem estrutura para dar conta de problemas intensos e individualizados. São iniciativas voltadas à prevenção e promoção de saúde, podendo auxiliar casais que vivenciam algum nível de conflito, mas não o suficiente para atender à necessidade de casais altamente conflituados. Frente a essa constatação, uma pergunta crucial a ser respondida é: quais critérios devem ser utilizados para diferenciar os casais que podem se beneficiar da educação conjugal daqueles que carecem de terapia de casal?

Esta discussão já tem sido feita na literatura internacional, e continua sem respostas. Acreditava-se, há alguns anos, que os programas de educação conjugal seriam indicados para casais com bons níveis de qualidade e satisfação conjugal, funcionando como uma ferramenta de otimização das relações. Entretanto, muitos estudos têm mostrado que os casais que iniciam esses programas com baixos níveis de satisfação ou qualidade conjugal apresentam melhores resultados do que os casais que começam o programa com melhores níveis de qualidade conjugal. Esse resultado também foi encontrado no presente estudo. Contudo, tanto nos nossos resultados, quanto nos resultados de outras investigações, está claro que os casais que iniciam o programa com baixos níveis de qualidade relacional dificilmente atingem níveis de qualidade considerados bons. De maneira geral, eles passam de índices ruins para índices medianos ou menos ruins.

Desta forma, observa-se um impasse decorrente da percepção de que casais com conflitivas graves tendem a desistir com mais frequência do programa, mas aqueles casais com problemas relacionais que permanecem e concluem o programa apresentam melhorias em seu relacionamento. A literatura internacional tem recomendado a realização de processos seletivos para o ingresso em programas de educação conjugal, mas adverte para a importância de que tais processos não sejam tão rigorosos a ponto de se constituírem como impeditivos da busca (Markman & Ritchie, 2015). O ponto de corte entre critérios rigorosos e não rigorosos, porém, ainda é desconhecido e carece de mais investigações.

Frente a isso, pesquisadores tem recomendado a importância da existência de uma rede que possa atender a casais com demanda para terapia, bem como que o treinamento dos profissionais que coordenam programas de educação conjugal inclua recomendações para o trabalho com casais que vivenciam problemas graves (Bradford et al., 2015, Markman & Ritchie, 2015). Os dados apresentados nos Capítulos 4 e 5 desta tese corroboram a necessidade de que os treinamentos dos profissionais adentrem nos desafios de coordenar estes programas. Conforme discutido no Capítulo 5, muitas situações delicadas foram vivenciadas pelos moderadores como obstaculizadoras do processo do grupo, tais como a desvalorização por um

dos membros do casal do seu parceiro(a) e/ou do relacionamento, a exposição ao grupo de assuntos de ordem privada, entre outras.

Assim, a partir dos resultados obtidos nesse estudo, somado à experiência de acompanhar, direta ou indiretamente, 16 grupos de casais do programa Viver a dois, entende-se que a realização de entrevistas prévias com os casais interessados em ações de educação conjugal pode auxiliar a elucidar quais casais tendem a se beneficiar do programa e quais precisam de outro tipo de intervenção. Dessa forma, considera-se que essa entrevista precisa avaliar com profundidade o que motiva os casais a ingressar no programa. A resposta a essa pergunta tende a auxiliar na identificação da necessidade do casal e da sua expectativa acerca do programa. Outro aspecto que merece atenção nessa entrevista é a possível diferença na motivação entre os membros do casal, para evitar que um dos membros do casal compareça às oficinas contra a sua vontade. Além disso, considera-se que explicar com clareza aos casais o objetivo e o modo de funcionamento destes programas pode contribuir para a adequação das expectativas e para a avaliação conjunta, entre entrevistador e entrevistados, do quanto o programa pode auxiliar na demanda identificada pelo casal.

Outro cuidado importante ao longo do processo é a disponibilização de um espaço de escuta e encaminhamento individualizado em casos de necessidade. É fundamental que o moderador ou algum membro da equipe possa auxiliar os casais que enfrentam dificuldades decorrentes ou potencializadas pelo programa. Isso porque muitos casais podem não perceber que possuem demanda de terapia de casal antes do início do programa. Pesquisas evidenciam que participar de programas de educação conjugal facilita a busca pela terapia de casal em díades recém-casadas, constituindo-se como uma porta de entrada para a busca de ajuda (Williamson, Trail, Bradbury, & Karney, 2014). Nesse sentido, para muitos casais, a ideia de participar de um programa com tempo de duração limitado, junto a outros casais, pode ser menos ameaçadora do que uma terapia de casal. Assim, deve-se considerar que esses programas podem auxiliar alguns casais a perceberem que têm demanda de terapia, e é necessário que a equipe moderadora esteja atenta para tal demanda durante a realização das oficinas.

Consoantes com a literatura internacional, finalizamos esta tese sabendo que ainda há muito a se descobrir acerca das potencialidades, dos limites e dos mecanismos de funcionamento dos programas de educação conjugal. Contudo, reunimos neste documento as primeiras evidências que atestam que o programa de educação conjugal “Viver a dois: Compartilhando este desafio” tem potencial para produzir melhorias na vida dos casais que participam dele. Sabemos, ao fim deste estudo, que a força deste programa está em auxiliar os casais a resolverem seus conflitos de maneira mais assertiva, aspecto que tende a contribuir

para a diminuição da frequência e da intensidade das discussões. Também foi possível identificar neste estudo alguns dos desafios concernentes à operacionalização do programa Viver a dois, aspecto fundamental para que o mesmo possa ser aprimorado. A partir de agora, torna-se necessário delinear outros estudos que nos permitem aprofundar os conhecimentos acerca do programa Viver a dois, buscando otimizar o seu funcionamento e, conseqüentemente, a sua contribuição para a vida dos casais.

REFERÊNCIAS

- Bradford, A. B., Hawkins, A. J., & Acker, J. (2015). If we build it, they will come: Exploring policy and practice implications of public support for couple and relationship education for lower income and relationally distressed couples. *Family Process*, 54(4). doi: 10.1111/famp.12151
- Markman, H. J., & Ritchie, L. A. (2015). Couples Relationship education and couples therapy: Healthy marriage or strange bedfellows? *Family Process*, 54(4), 655 – 671. doi: 10.1111/famp.12191
- Wagner, A., Mosmann, C. P., & Falcke, D. (Eds). *Viver a dois: Oportunidades e desafios da conjugalidade*. São Leopoldo: Sinodal.
- Wagner, A., Neumann, A.P., Mosmann, A. P., Levandowski, D. C., Falcke, D., Zordan, E. P., ..., & Scheeren, P. (2015). ‘Viver a dois: Compartilhando esse desafio’: Uma proposta psicoeducativa para casais. Porto Alegre: Sinodal.
- Wagner, A. (coord). (2017). *Vivir em pareja: El arte de enfrentar los conflictos*. Madrid: CCS.
- Williamson, H. C., Trail, T. E., Bradbury, T. N., & Karney, B. R. (2014). Does premarital education decrease or increase couples’ later help-seeking? *Journal of Family Psychology*, 28(1), 112–117. doi:10.1037/a0034984

ANEXOS

Anexo A – Descrição das oficinas do programa “Viver a dois: Compartilhando esse desafio”

Oficina 1. Reconhecimento da história do casal: A desconstrução dos mitos conjugais.

Esta oficina é composta por duas atividades. Na atividade I, cada cônjuge é solicitado a apresentar seu companheiro(a) para o grupo de casais, contando quais foram os aspectos que o atraíram no início do relacionamento e o que contribuiu para a continuidade do mesmo. Posteriormente, os sujeitos são convidados a assistir ao vídeo: “Viver a dois: compartilhando esse desafio”, a fim de introduzir o tema dos mitos conjugais. Em seguida, os casais são convidados a discutir os mitos que a literatura descreve como capazes de exercer maior impacto na vida conjugal, sendo eles: “quem ama de verdade adivinha o que o outro pensa e sente”, “marido e mulher devem ser os melhores amigos”, “o casamento é a fonte de toda a nossa felicidade” (Atividade II). No momento psicoeducativo dessa atividade, o moderador dedica-se a explicar o quanto determinadas expectativas que se tem do casamento são irreais. Desta forma, questiona as crenças populares sobre casamento e o quanto tais crenças podem atrapalhar a vida a dois. Como tarefa de casa, é solicitado ao casal que pense na história de seu relacionamento e identifique qual ou quais foram os mitos que se desconstruíram do início da sua relação até o momento atual.

Oficina 2. O conflito nosso de cada dia.

Esta oficina possui duas atividades. Inicialmente, retoma-se o tema dos mitos conjugais, desconstruindo a ideia de que “um casal saudável é aquele que não possui conflitos”. A seguir, realiza-se a atividade “Termômetro dos Conflitos” (Atividade I), na qual cada membro do casal identifica três motivos frequentes pelos quais discordam. Cada cônjuge lê para o outro os motivos que assinalou. Com um balão em mãos, ambos são solicitados a indicar o quanto esse motivo se constitui em um estressor. Quanto mais os temas incomodam os sujeitos, mais eles devem encher o balão, de maneira que o balão funcione como um termômetro do nível de estresse sentido frente àqueles conflitos. Na sequência dessa oficina, cada casal conversa sobre como cada um percebeu o estresse do outro, bem como sobre as semelhanças ou diferenças na intensidade provocada pelos distintos temas de conflitos. Para a Atividade II, os temas de conflito escritos pelos participantes são reunidos em uma caixa, sem identificação de quem os escreveu, e provoca-se uma discussão sobre as semelhanças e diferenças entre as temáticas referidas no grupo. A partir disso, encaminha-se o fechamento do encontro trabalhando a ideia

de que todos os casais possuem conflitos, sendo que o que os diferencia é a forma de solucioná-los.

Oficina 3. Como lidar com os conflitos? As diferentes estratégias.

A terceira oficina possui duas atividades. Na Atividade I, os cônjuges são solicitados a escrever uma frase que o parceiro diz no meio de uma briga e que os deixa bastante irritados. Reunindo todas as frases, sem identificação, o moderador sorteia algumas e ensaia com os participantes como o mesmo conteúdo pode ser dito de diferentes formas (com raiva, com bom-humor, cuidando com os sentimentos do outro, etc.), a fim de esclarecer aos casais sobre a existência de dois níveis de comunicação: conteúdo e afeto. Nesse sentido, ressalta-se a importância de prestar atenção ao jeito de comunicar, ao momento escolhido para o diálogo, ao tempo que se tem disponível para a busca de solução e ao local em que se encontram. Na Atividade II, buscando identificar as estratégias utilizadas pelos casais para resolver seus conflitos, é solicitado que os participantes customizem um boneco de acordo com as características pessoais de seu parceiro(a), a partir de modelos de *paper toys* distribuídos. Utilizando o boneco, faz-se uma analogia das estratégias de resolução de conflitos com as partes do corpo, seguindo a ideia de que, durante um conflito, o cônjuge pode ser acessado por diferentes “lados” ou formas: a) A estratégia de negociação é associada à cabeça/pensamento e ao coração/sentimento, por envolver a escuta, a tentativa de se colocar no lugar do outro e a busca por um acordo em conjunto; b) A estratégia de ataque é associada às mãos por caracterizar a perda de controle durante uma discussão, seja através de insultos ou violência física; c) A estratégia de evitação é associada às costas, já que envolve atitudes de recusa ao diálogo, retraimento ou silêncio, demonstrando indiferença aos apelos do outro; e d) A estratégia de submissão é associada aos pés, indicando uma postura de desistência e obediência. Essas estratégias são explicadas pelo moderador. A partir dessas associações, solicita-se que os casais assinalem nos bonecos quais dessas estratégias funcionam ao conversar com o cônjuge para resolver de um problema e quais são ineficazes na busca de um acordo. Os participantes são estimulados a conversar sobre essas formas de enfrentamento dos problemas, fomentando-se o uso das estratégias de negociação. Como tarefa de casa, sugere-se que os bonecos sejam colocados em locais visíveis na casa, sinalizando aos casais para que pensem nas estratégias que estão utilizando frente aos conflitos do cotidiano.

Oficina 4. Aprendendo a negociar: A importância da flexibilidade na convivência.

Esta oficina possui uma única atividade. Esta oficina inicia com um momento psicoeducativo, no qual o moderador fala ao grupo sobre estratégias de negociação, tais como ter disponibilidade para escutar, falar na primeira pessoa, mostrar-se tranquilo e controlar o tom de voz, entre outras. Na atividade I, os casais são convidados a escolher um tema de conflito não resolvido e preencher a ficha Ganhar-ganhar, que apresenta uma sequência de passos para a negociação: 1) identificação do problema a ser resolvido; 2) proposta de solução de cada um dos cônjuges e busca por uma solução em conjunto; 3) planejamento de ações de um e de outro para que a solução se efetive e 4) consequências que existirão caso alguém não cumpra o que foi acordado. Os casais são convidados a refletir sobre a dificuldade de colocar em prática as estratégias de negociação em momentos de raiva, e se discute o que pode ser feito frente a situações que envolvem afetos intensos. Como tarefa de casa, é distribuído aos casais o Texto Tênis X Frescobol (Alves, 1992), para que leiam e discutam as ideias nele contidas.

Oficina 5. Sexualidade: um assunto para dois.

Na penúltima oficina são realizadas duas atividades. Retomando o texto Tênis ou Frescobol, aborda-se a questão da sexualidade como inerente ao relacionamento conjugal e apresenta-se, brevemente, resultados de pesquisas sobre a temática. Em seguida, como estímulo para a Atividade I, é apresentado o vídeo “Sexo: um assunto para dois”, que apresenta quatro questionamentos sobre o assunto: a) “Homem que é homem sempre está pronto para o sexo?”, b) “A idade faz com que as pessoas percam o interesse pelo sexo?”, c) “Os filhos atrapalham a vida sexual do casal?” e d) “Todo casal precisa conversar sobre sexo?”. Tais questões são discutidas pelo grupo, fomentando a importância do diálogo. Na Atividade II, entrega-se para cada cônjuge uma ficha com 26 frases relacionadas à como vivenciam sua sexualidade, por exemplo: “Acho que nossa vida sexual é boa”, “Quero mais frequência em nossas relações sexuais” e “Gostaria de ter mais prazer em nossa relação sexual”. Cada participante deve preenchê-la individualmente, sem que o cônjuge veja suas respostas. Como tarefa de casa, os casais são estimulados a mostrar as fichas um para o outro e conversar sobre suas percepções em um espaço íntimo.

Oficina 6. Diversão a dois: a importância do lazer na vida conjugal.

Por fim, a sexta oficina possui três atividades. Na Atividade I, solicita-se aos participantes que preencham dois gráficos de pizza, colorindo espaços correspondentes às 24 horas do dia com atividades que costumam realizar em um dia de trabalho e em um dia de lazer.

Em grupo, realiza-se a discussão sobre como foram distribuídas as atividades e sobre a importância de conciliar atividades individuais com atividades compartilhadas pelo casal. A Atividade II envolve o preenchimento, pelo casal, de um gráfico com quatro quadrantes representando atividades que fazem e não gostam (Quadrante 1), não gostam e não fazem (Quadrante 2), não fazem, mas gostam (Quadrante 3) e gostam e fazem (Quadrante 4). Após o preenchimento, é solicitado que conversem sobre os quadrantes 1 e 3, buscando identificar os motivos que levam o casal a fazer atividades que não gostam e também a não fazer atividades que gostam. Na Atividade III, que corresponde ao final da intervenção, os casais são solicitados a preencher um contrato de intenções, no qual especificam os aspectos importantes para o relacionamento com os quais se comprometem a melhorar, manter ou modificar.

16. Assinale o quanto você concorda com cada uma das frases abaixo:

| | 1 Discordo plenamente | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 Concordo plenamente |
|--|-----------------------------|---|---|---|---|-----------------------------|
| Quem ama de verdade adivinha o que o outro pensa e sente | | | | | | |
| Marido e mulher devem ser melhores amigos | | | | | | |
| O casamento é a fonte de toda a felicidade | | | | | | |
| Um casal saudável é aquele que não possui conflitos | | | | | | |

17. A lista abaixo é composta de assuntos sobre os quais os casais podem discordar. Pensando na sua relação conjugal no último ano, marque com um X a frequência que você e a sua companheira tiveram desentendimentos com relação aos seguintes temas:

| | Quase nunca | Uma vez ao mês ou menos | Várias vezes ao mês | Quase uma vez por semana | Várias vezes por semana | Quase todos os dias |
|--|-------------|-------------------------|---------------------|--------------------------|-------------------------|---------------------|
| 1. Tempo que vocês têm para ficar juntos ou realizar atividades de lazer | | | | | | |
| 2. Filhos | | | | | | |
| 3. Tarefas domésticas | | | | | | |
| 4. Dinheiro ou falta de igualdade na relação | | | | | | |
| 5. Sexo | | | | | | |
| 6. Falta de intimidade e afeto | | | | | | |
| 7. Infidelidade | | | | | | |
| 8. Ciúmes ou ex-namorados(as) | | | | | | |
| 9. Falta de confiança ou mentiras | | | | | | |
| 10. Dificuldade de conversar | | | | | | |
| 11. Amigos e familiares | | | | | | |
| 12. Comprometimento com trabalho ou estudo | | | | | | |
| 13. Uso de bebida alcoólica, cigarro ou outras drogas | | | | | | |
| 14. Comportamentos e características de cada um | | | | | | |
| 15. Maneira de dirigir | | | | | | |

18. Liste abaixo os três motivos de brigas com sua parceira que **mais lhe incomodam** (podes escolher outros que não estão na tabela acima).

19. Depois, assinale aqui o quanto discutir por cada um desses motivos lhe incomoda:

| | (1) Um pouco, mas consigo me controlar | (2) | (3) | (4) | (5) | (6) Muito, chego a perder o controle |
|--|--|-----|-----|-----|-----|--------------------------------------|
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

20. Existem várias maneiras de um casal lidar com desentendimentos sérios. Quando você tem um desentendimento sério com sua parceira, com que frequência você:

| | Nunca | Raramente | Algumas vezes | Frequentemente | Sempre |
|--|-------|-----------|---------------|----------------|--------|
| 1. Discute calmamente | | | | | |
| 2. Discute intensamente ou grita | | | | | |
| 3. Acaba batendo ou atirando coisas no outro | | | | | |

21. Pensando no seu relacionamento atual com sua companheira, responda as próximas questões. Leia cada frase cuidadosamente e decida pela resposta que melhor descreve como você se sente no seu relacionamento com sua parceira. Marque com um **X** a resposta correspondente.

| | Discordo totalmente | Discordo | Concordo | Concordo totalmente |
|--|---------------------|----------|----------|---------------------|
| 1. Minha companheira geralmente sabe das minhas necessidades e é sensível a elas. | | | | |
| 2. Eu realmente aprecio o senso de humor da minha companheira. | | | | |
| 3. Minha companheira parece não querer mais me ouvir. | | | | |
| 4. Minha companheira nunca foi desleal comigo. | | | | |
| 5. Eu estaria disposto a deixar meus amigos se isso fosse salvar nosso relacionamento. | | | | |
| 6. Eu estou insatisfeito com nosso relacionamento. | | | | |
| 7. Eu gostaria que minha companheira não fosse tão preguiçosa e não adiasse as coisas que tem que fazer. | | | | |
| 8. Às vezes, eu me sinto sozinho(a) mesmo quando eu estou com minha companheira. | | | | |
| 9. Se minha companheira me deixasse, eu não teria mais vontade de viver. | | | | |
| 10. Somos capazes de concluir uma discussão respeitando nossas diferenças de opinião. | | | | |
| 11. É inútil prosseguir com um casamento além de um certo ponto. | | | | |

| | Discordo totalmente | Discordo | Concordo | Concordo totalmente |
|--|---------------------|----------|----------|---------------------|
| 12. Nós dois parecemos gostar das mesmas coisas. | | | | |
| 13. Eu acho difícil mostrar para minha companheira que eu estou querendo carinho. | | | | |
| 14. Eu nunca coloco em dúvida nosso relacionamento. | | | | |
| 15. Eu me satisfaço só em sentar e conversar com a minha companheira. | | | | |
| 16. Eu acho a ideia de passar o resto da minha vida com minha companheira um tanto chata. | | | | |
| 17. Sempre existe muita troca em nosso relacionamento. | | | | |
| 18. Nós nos tornamos competitivos quando temos que tomar decisões. | | | | |
| 19. Eu sinto que realmente não posso mais confiar na minha companheira. | | | | |
| 20. Nosso relacionamento ainda é cheio de alegria e divertimento. | | | | |
| 21. Um de nós está continuamente falando e o outro está geralmente quieto. | | | | |
| 22. Nosso relacionamento está em constante evolução. | | | | |
| 23. Casamento tem realmente mais a ver com segurança e dinheiro do que com amor. | | | | |
| 24. Eu gostaria que existisse mais carinho e afeto entre nós. | | | | |
| 25. Eu sou totalmente dedicado ao relacionamento com a minha companheira. | | | | |
| 26. Às vezes, nosso relacionamento é tenso porque minha cônjuge está sempre me corrigindo. | | | | |
| 27. Eu suspeito que nós possamos estar à beira da separação. | | | | |
| 28. Nós sempre conseguimos fazer as pazes rapidamente depois de uma discussão. | | | | |

22. Responda as questões abaixo pensando na seguinte frase: "Quando eu tenho discussões ou desentendimentos com minha parceira, eu..."

| | Nunca | Raramente | Algumas vezes | Frequentemente | Sempre |
|---|-------|-----------|---------------|----------------|--------|
| 1. Faço ataques pessoais. | | | | | |
| 2. Encaro o problema em questão. | | | | | |
| 3. Fico em silêncio por um longo período de tempo. | | | | | |
| 4. Não consigo defender meu ponto de vista. | | | | | |
| 5. Explodo e perco o controle. | | | | | |
| 6. Sento e discuto as diferenças de uma forma construtiva | | | | | |

| | Nunca | Raramente | Algumas vezes | Frequentemente | Sempre |
|--|-------|-----------|---------------|----------------|--------|
| 7. Chego num limite, me fecho e me nego a continuar conversando. | | | | | |
| 8. Sou muito compreensivo. | | | | | |
| 9. Sou levado pelo momento e digo coisas que não queria ter dito. | | | | | |
| 10. Encontro alternativas que sejam aceitáveis para cada um de nós | | | | | |
| 11. Afasto a outra pessoa | | | | | |
| 12. Não defendo meu ponto de vista | | | | | |
| 13. Insulto e brigo | | | | | |
| 14. Negocio e tento um acordo | | | | | |
| 15. Retraio-me, fico distante e indiferente | | | | | |
| 16. Desisto rápido depois de ter tentado expor meu ponto de vista | | | | | |

| | | | | | | |
|--|---------------------------|--------------------------|-----------------------|--------------------------|---------------------------|----------------------------|
| 23. Você está satisfeito com a frequência com a qual você e sua parceira fazem sexo? | (1) Muito insatisfeito | (2) | (3) | (4) | (5) | (6) Muito satisfeito |
| | | | | | | |
| 24. Você está satisfeito com a qualidade das relações sexuais com sua companheira? | (1) Muito insatisfeito | (2) | (3) | (4) | (5) | (6) Muito satisfeito |
| | | | | | | |
| 25. Você e sua companheira conversam sobre a vida sexual de vocês? | (1) Nunca | (2) | (3) | (4) | (5) | (6) Sempre |
| | | | | | | |
| 26. Você se sente à vontade para conversar sobre sexo com sua parceira? | (1) Nada à vontade | (2) | (3) | (4) | (5) | (6) Muito à vontade |
| | | | | | | |
| 26. Com que frequência você e sua companheira fazem alguma atividade de lazer apenas entre vocês dois? | (1) Quase nunca | (2) A cada dois meses | (3) Uma vez ao mês | (4) Duas vezes ao mês | (5) Uma vez por semana | (6) Quase todos os dias |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

29. Pensando nas pessoas que convivem com você, avalie o quanto você concorda com as seguintes frases:

| | 1 Discordo plenamente | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 Concordo plenamente |
|--|-----------------------------|---|---|---|---|-----------------------------|
| Tenho amigos(as) com quem posso conversar sobre meu relacionamento amoroso | | | | | | |
| Eu e minha parceira temos amigos em comum | | | | | | |
| Se eu e minha parceira passássemos por dificuldades em nosso relacionamento, teríamos amigos(as) com quem contar | | | | | | |

30. Das opções abaixo, escolha a que MELHOR representa a sua situação atual quando pensa na relação que você tem com sua companheira:

- Penso que não há nada que eu possa fazer para melhorar o meu relacionamento conjugal. Por isso, não penso em mudar meu modo de agir com minha companheira.
- Penso que eu possa fazer algo para melhorar o meu relacionamento conjugal. Estou pensando em mudar meu modo de agir com minha companheira nos próximos seis meses.
- Penso que eu possa fazer algo para melhorar o meu relacionamento conjugal. Estou decidido a mudar meu modo de agir com minha companheira nos próximos seis meses.
- Penso que eu posso fazer algo para melhorar o meu relacionamento conjugal. Tanto que, há menos de seis meses, tenho feito mudanças em meu modo de agir com minha companheira.
- Penso que eu posso fazer algo para melhorar o meu relacionamento conjugal. Tanto que tenho feito mudanças em meu modo de agir com minha companheira há mais de seis meses.
- Penso que eu posso fazer algo para melhorar o meu relacionamento conjugal. Nos últimos meses, mudei meu modo de agir com minha companheira. Porém, às vezes noto que ainda ajo como antes dessa mudança.



Muito obrigado por participar!

Anexo C – Questionário Casal – Pós-teste

Este questionário é similar àquele que você respondeu antes de iniciar o programa Viver a Dois. Por favor, responda pensando em como o seu relacionamento está **nas últimas duas semanas**. Não deixe nenhuma pergunta em branco. Caso tenha dúvida, contate alguém da equipe. Suas respostas sinceras são muito importantes. Obrigado!

1. Por gentileza, assinale o quanto você concorda **atualmente** com cada uma das frases abaixo:

| | 1 Discordo plenamente | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 Concordo plenamente |
|--|-----------------------------|---|---|---|---|-----------------------------|
| Quem ama de verdade adivinha o que o outro pensa e sente | | | | | | |
| Marido e mulher devem ser melhores amigos | | | | | | |
| O casamento é a fonte de toda a felicidade | | | | | | |
| Um casal saudável é aquele que não possui conflitos | | | | | | |

2. Pensando na sua relação conjugal **nas últimas duas semanas**, marque com um **X** a frequência que você e a sua companheira tiveram desentendimentos com relação aos seguintes temas:

| | Quase nunca | Uma vez ao mês ou menos | Várias vezes ao mês | Quase uma vez por semana | Várias vezes por semana | Quase todos os dias |
|--|----------------|-------------------------------|---------------------------|--------------------------------|-------------------------------|---------------------------|
| 1. Tempo que vocês têm para ficar juntos ou realizar atividades de lazer | | | | | | |
| 2. Filhos | | | | | | |
| 3. Tarefas domésticas | | | | | | |
| 4. Dinheiro ou falta de igualdade na relação | | | | | | |
| 5. Sexo | | | | | | |
| 6. Falta de intimidade e afeto | | | | | | |
| 7. Infidelidade | | | | | | |
| 8. Ciúmes ou ex-namorados(as) | | | | | | |
| 9. Falta de confiança ou mentiras | | | | | | |
| 10. Dificuldade de conversar | | | | | | |
| 11. Amigos e familiares | | | | | | |

| | Quase nunca | Uma vez ao mês ou menos | Várias vezes ao mês | Quase uma vez por semana | Várias vezes por semana | Quase todos os dias |
|---|-------------|-------------------------|---------------------|--------------------------|-------------------------|---------------------|
| 12. Comprometimento com trabalho ou estudo | | | | | | |
| 13. Uso de bebida alcoólica, cigarro ou outras drogas | | | | | | |
| 14. Comportamentos e características de cada um | | | | | | |
| 15. Maneira de dirigir | | | | | | |

3. Liste abaixo os três motivos de brigas

com sua parceira que **mais lhe incomodaram nas últimas duas semanas**

(podes escolher outros que não estão na tabela acima).

4. Depois, assinale aqui **o quanto** discutir por cada um desses motivos lhe incomoda:

| | (1) Um pouco, mas consigo me controlar | (2) | (3) | (4) | (5) | (6) Muito, chego a perder o controle |
|--|--|-----|-----|-----|-----|--------------------------------------|
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

5. Nestas **duas últimas semanas**, quando você teve um desentendimento sério com sua parceira, com que frequência você:

| | Nunca | Raramente | Algumas vezes | Frequentemente | Sempre |
|---|-------|-----------|---------------|----------------|--------|
| 1. Discutiu calmamente | | | | | |
| 2. Discutiu intensamente ou gritou | | | | | |
| 3. Acabou batendo ou atirando coisas no outro | | | | | |

6. Pensando no seu relacionamento **nas duas últimas semanas**, escolha a resposta que melhor descreve como você se sente no seu relacionamento com sua parceira. Marque com um **X** a resposta correspondente.

| | Discordo totalmente | Discordo | Concordo | Concordo totalmente |
|---|---------------------|----------|----------|---------------------|
| 1. Minha companheira geralmente sabe das minhas necessidades e é sensível a elas. | | | | |
| 2. Eu realmente aprecio o senso de humor da minha companheira. | | | | |
| 3. Minha companheira parece não querer mais me ouvir. | | | | |
| 4. Minha companheira nunca foi desleal comigo. | | | | |

| | Discordo totalmente | Discordo | Concordo | Concordo totalmente |
|--|---------------------|----------|----------|---------------------|
| 5. Eu estaria disposto a deixar meus amigos se isso fosse salvar nosso relacionamento. | | | | |
| 6. Eu estou insatisfeito com nosso relacionamento. | | | | |
| 7. Eu gostaria que minha companheira não fosse tão preguiçosa e não adiasse as coisas que tem que fazer. | | | | |
| 8. Às vezes, eu me sinto sozinho(a) mesmo quando eu estou com minha companheira. | | | | |
| 9. Se minha companheira me deixasse, eu não teria mais vontade de viver. | | | | |
| 10. Somos capazes de concluir uma discussão respeitando nossas diferenças de opinião. | | | | |
| 11. É inútil prosseguir com um casamento além de um certo ponto. | | | | |
| 12. Nós dois parecemos gostar das mesmas coisas. | | | | |
| 13. Eu acho difícil mostrar para minha companheira que eu estou querendo carinho. | | | | |
| 14. Eu nunca coloco em dúvida nosso relacionamento. | | | | |
| 15. Eu me satisfaço só em sentar e conversar com a minha companheira. | | | | |
| 16. Eu acho a ideia de passar o resto da minha vida com minha companheira um tanto chata. | | | | |
| 17. Sempre existe muita troca em nosso relacionamento. | | | | |
| 18. Nós nos tornamos competitivos quando temos que tomar decisões. | | | | |
| 19. Eu sinto que realmente não posso mais confiar na minha companheira. | | | | |
| 20. Nosso relacionamento ainda é cheio de alegria e divertimento. | | | | |
| 21. Um de nós está continuamente falando e o outro está geralmente quieto. | | | | |
| 22. Nosso relacionamento está em constante evolução. | | | | |
| 23. Casamento tem realmente mais a ver com segurança e dinheiro do que com amor. | | | | |
| 24. Eu gostaria que existisse mais carinho e afeto entre nós. | | | | |
| 25. Eu sou totalmente dedicado ao relacionamento com a minha companheira. | | | | |
| 26. Às vezes, nosso relacionamento é tenso porque minha cônjuge está sempre me corrigindo. | | | | |
| 27. Eu suspeito que nós possamos estar à beira da separação. | | | | |

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| 28. Nós sempre conseguimos fazer as pazes rapidamente depois de uma discussão. | | | | |
|--|--|--|--|--|

7. Responda as questões abaixo pensando na seguinte frase: “**Nas últimas duas semanas**, quando eu tive discussões ou desentendimentos com minha parceira, eu...”

| | Nunca | Raramente | Algumas vezes | Frequentemente | Sempre |
|---|-------|-----------|---------------|----------------|--------|
| 1. Fiz ataques pessoais. | | | | | |
| 2. Encarei o problema em questão. | | | | | |
| 3. Fiquei em silêncio por um longo período de tempo. | | | | | |
| 4. Não consegui defender meu ponto de vista. | | | | | |
| 5. Explodi e perdi o controle. | | | | | |
| 6. Sentei e discuti as diferenças de uma forma construtiva | | | | | |
| 7. Cheguei num limite, me fechei e me neguei a continuar conversando. | | | | | |
| 8. Fui muito compreensivo. | | | | | |
| 9. Fui levado pelo momento e disse coisas que não queria ter dito. | | | | | |
| 10. Encontrei alternativas que fossem aceitáveis para cada um de nós | | | | | |
| 11. Afastei a outra pessoa | | | | | |
| 12. Não defendi meu ponto de vista | | | | | |
| 13. Insultei e briguei | | | | | |
| 14. Negocieie e tentei um acordo | | | | | |
| 15. Retraí-me, fiquei distante e indiferente | | | | | |
| 16. Desisti rápido depois de ter tentado expor meu ponto de vista | | | | | |

8. Responda as questões seguintes pensando **nas duas últimas semanas**:

| Você está satisfeito com a frequência com a qual você e sua parceira fazem sexo? | (1) Muito insatisfeito | (2) | (3) | (4) | (5) | (6) Muito satisfeito |
|--|---------------------------|-----|-----|-----|-----|-------------------------|
| | | | | | | |

| | | | | | | |
|--|---------------------------|--------------------------|-----------------------|--------------------------|---------------------------|----------------------------|
| Você está satisfeito com a qualidade das relações sexuais com sua companheira? | (1) Muito insatisfeito | (2) | (3) | (4) | (5) | (6) Muito satisfeito |
| 25. Você e sua companheira conversam sobre a vida sexual de vocês? | (1) Nunca | (2) | (3) | (4) | (5) | (6) Sempre |
| Você se sente à vontade para conversar sobre sexo com sua parceira? | (1) Nada à vontade | (2) | (3) | (4) | (5) | (6) Muito à vontade |
| Com que frequência você e sua companheira fazem alguma atividade de lazer apenas entre vocês dois? | (1) Quase nunca | (2) A cada dois meses | (3) Uma vez ao mês | (4) Duas vezes ao mês | (5) Uma vez por semana | (6) Quase todos os dias |
| Quando você e sua parceira fazem alguma atividade a dois, o quanto você gosta? | (1) Muito pouco | (2) | (3) | (4) | (5) | (6) Muito |

9. Pensando nas pessoas que convivem com você, avalie o quanto você concorda com as seguintes frases:

| | 1 Discordo plenamente | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 Concordo plenamente |
|--|--------------------------|---|---|---|---|--------------------------|
| Tenho amigos(as) com quem posso conversar sobre meu relacionamento amoroso | | | | | | |
| Eu e minha parceira temos amigos em comum | | | | | | |
| Se eu e minha parceira passássemos por dificuldades em nosso relacionamento, teríamos amigos(as) com quem contar | | | | | | |

10. Das opções abaixo, escolha **uma** que **melhor** represente **a sua situação atual** quando pensa na relação que você tem com sua companheira:

() Penso que não há nada que eu possa fazer para melhorar o meu relacionamento conjugal. Por isso, não penso em mudar meu modo de agir com minha companheira.

() Penso que eu possa fazer algo para melhorar o meu relacionamento conjugal. **Estou pensando** em mudar meu modo de agir com minha companheira nos próximos seis meses.

() Penso que eu possa fazer algo para melhorar o meu relacionamento conjugal. **Estou decidido** a mudar meu modo de agir com minha companheira nos próximos seis meses.

() Penso que eu posso fazer algo para melhorar o meu relacionamento conjugal. Tanto que, há menos de seis meses, **tenho feito mudanças** em meu modo de agir com minha companheira.

() Penso que eu posso fazer algo para melhorar o meu relacionamento conjugal. Tanto que **tenho feito mudanças** em meu modo de agir com minha companheira há mais de seis meses.

() Penso que eu posso fazer algo para melhorar o meu relacionamento conjugal. Nos últimos meses, mudei meu modo de agir com minha companheira. Porém, às vezes noto que ainda ajo como antes dessa mudança.

13. Pense agora na experiência que tu tiveste considerando **todas as oficinas do programa Viver a Dois**.

Por favor, avalie o quanto tu te sentiste satisfeita(o) com:

| | Muito insatisfeito | Insatisfeito | Um pouco insatisfeito | Satisfeito | Bastante satisfeito | Muito satisfeito |
|--|--------------------|--------------|-----------------------|------------|---------------------|------------------|
| O programa como um todo | | | | | | |
| O relacionamento com o(a) moderador(a) | | | | | | |
| O relacionamento com os outros casais | | | | | | |
| O tempo de duração de cada oficina | | | | | | |
| O número total de oficinas | | | | | | |



Muito obrigado por participar!

Anexo D – Questionário casal – *Follow up*

Este questionário é similar àqueles que você respondeu antes de iniciar e ao término do programa Viver a Dois. Por favor, responda pensando em como o seu relacionamento está nos últimos dois meses. Não deixe nenhuma pergunta em branco. Caso tenha dúvida, contate alguém da equipe. Suas respostas sinceras são muito importantes. Obrigado!

1. Por gentileza, assinale o quanto você concorda **atualmente** com cada uma das frases abaixo:

| | 1 Discordo plenamente | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 Concordo plenamente |
|--|-----------------------------|---|---|---|---|-----------------------------|
| Quem ama de verdade adivinha o que o outro pensa e sente | | | | | | |
| Marido e mulher devem ser melhores amigos | | | | | | |
| O casamento é a fonte de toda a felicidade | | | | | | |
| Um casal saudável é aquele que não possui conflitos | | | | | | |

2. Pensando na sua relação conjugal **nos últimos dois meses**, marque com um **X** a frequência que você e a sua companheira tiveram desentendimentos com relação aos seguintes temas:

| | Quase nunca | Uma vez ao mês ou menos | Várias vezes ao mês | Quase uma vez por semana | Várias vezes por semana | Quase todos os dias |
|--|----------------|-------------------------------|---------------------------|--------------------------------|-------------------------------|---------------------------|
| 1. Tempo que vocês têm para ficar juntos ou realizar atividades de lazer | | | | | | |
| 2. Filhos | | | | | | |
| 3. Tarefas domésticas | | | | | | |
| 4. Dinheiro ou falta de igualdade na relação | | | | | | |
| 5. Sexo | | | | | | |
| 6. Falta de intimidade e afeto | | | | | | |
| 7. Infidelidade | | | | | | |
| 8. Ciúmes ou ex-namorados(as) | | | | | | |
| 9. Falta de confiança ou mentiras | | | | | | |
| 10. Dificuldade de conversar | | | | | | |
| 11. Amigos e familiares | | | | | | |

| | Quase nunca | Uma vez ao mês ou menos | Várias vezes ao mês | Quase uma vez por semana | Várias vezes por semana | Quase todos os dias |
|---|-------------|-------------------------|---------------------|--------------------------|-------------------------|---------------------|
| 12. Comprometimento com trabalho ou estudo | | | | | | |
| 13. Uso de bebida alcoólica, cigarro ou outras drogas | | | | | | |
| 14. Comportamentos e características de cada um | | | | | | |
| 15. Maneira de dirigir | | | | | | |

3. Liste abaixo os três motivos de brigas

com sua parceira que **mais lhe**

incomodaram nos últimos dois meses

(podes escolher outros que não estão na tabela acima).

4. Depois, assinale aqui **o quanto** discutir por cada um desses motivos lhe incomoda:

| | (1) Um pouco, mas consigo me controlar | (2) | (3) | (4) | (5) | (6) Muito, chego a perder o controle |
|--|--|-----|-----|-----|-----|--------------------------------------|
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

5. Nestes **últimos dois meses**, quando você teve um desentendimento sério com sua parceira, com que frequência você:

| | Nunca | Raramente | Algumas vezes | Frequentemente | Sempre |
|---|-------|-----------|---------------|----------------|--------|
| 1. Discutiu calmamente | | | | | |
| 2. Discutiu intensamente ou gritou | | | | | |
| 3. Acabou batendo ou atirando coisas no outro | | | | | |

6. Pensando no seu relacionamento **nos últimos dois meses**, escolha a resposta que melhor descreve como você se sente no seu relacionamento com sua parceira. Marque com um **X** a resposta correspondente.

| | Discordo totalmente | Discordo | Concordo | Concordo totalmente |
|---|---------------------|----------|----------|---------------------|
| 1. Minha companheira geralmente sabe das minhas necessidades e é sensível a elas. | | | | |
| 2. Eu realmente aprecio o senso de humor da minha companheira. | | | | |
| 3. Minha companheira parece não querer mais me ouvir. | | | | |
| 4. Minha companheira nunca foi desleal comigo. | | | | |

| | Discordo totalmente | Discordo | Concordo | Concordo totalmente |
|--|---------------------|----------|----------|---------------------|
| 5. Eu estaria disposto a deixar meus amigos se isso fosse salvar nosso relacionamento. | | | | |
| 6. Eu estou insatisfeito com nosso relacionamento. | | | | |
| 7. Eu gostaria que minha companheira não fosse tão preguiçosa e não adiasse as coisas que tem que fazer. | | | | |
| 8. Às vezes, eu me sinto sozinho(a) mesmo quando eu estou com minha companheira. | | | | |
| 9. Se minha companheira me deixasse, eu não teria mais vontade de viver. | | | | |
| 10. Somos capazes de concluir uma discussão respeitando nossas diferenças de opinião. | | | | |
| 11. É inútil prosseguir com um casamento além de um certo ponto. | | | | |
| 12. Nós dois parecemos gostar das mesmas coisas. | | | | |
| 13. Eu acho difícil mostrar para minha companheira que eu estou querendo carinho. | | | | |
| 14. Eu nunca coloco em dúvida nosso relacionamento. | | | | |
| 15. Eu me satisfaço só em sentar e conversar com a minha companheira. | | | | |
| 16. Eu acho a ideia de passar o resto da minha vida com minha companheira um tanto chata. | | | | |
| 17. Sempre existe muita troca em nosso relacionamento. | | | | |
| 18. Nós nos tornamos competitivos quando temos que tomar decisões. | | | | |
| 19. Eu sinto que realmente não posso mais confiar na minha companheira. | | | | |
| 20. Nosso relacionamento ainda é cheio de alegria e divertimento. | | | | |
| 21. Um de nós está continuamente falando e o outro está geralmente quieto. | | | | |
| 22. Nosso relacionamento está em constante evolução. | | | | |
| 23. Casamento tem realmente mais a ver com segurança e dinheiro do que com amor. | | | | |
| 24. Eu gostaria que existisse mais carinho e afeto entre nós. | | | | |
| 25. Eu sou totalmente dedicado ao relacionamento com a minha companheira. | | | | |
| 26. Às vezes, nosso relacionamento é tenso porque minha cônjuge está sempre me corrigindo. | | | | |
| 27. Eu suspeito que nós possamos estar à beira da separação. | | | | |

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| 28. Nós sempre conseguimos fazer as pazes rapidamente depois de uma discussão. | | | | |
|--|--|--|--|--|

7. Responda as questões abaixo pensando na seguinte frase: “**Nos últimos dois meses**, quando eu tive discussões ou desentendimentos com minha parceira, eu...”

| | Nunca | Raramente | Algumas vezes | Frequentemente | Sempre |
|---|-------|-----------|---------------|----------------|--------|
| 1. Fiz ataques pessoais. | | | | | |
| 2. Encarei o problema em questão. | | | | | |
| 3. Fiquei em silêncio por um longo período de tempo. | | | | | |
| 4. Não consegui defender meu ponto de vista. | | | | | |
| 5. Explodi e perdi o controle. | | | | | |
| 6. Sentei e discuti as diferenças de uma forma construtiva | | | | | |
| 7. Cheguei num limite, me fechei e me neguei a continuar conversando. | | | | | |
| 8. Fui muito compreensivo. | | | | | |
| 9. Fui levado pelo momento e disse coisas que não queria ter dito. | | | | | |
| 10. Encontrei alternativas que fossem aceitáveis para cada um de nós | | | | | |
| 11. Afastei a outra pessoa | | | | | |
| 12. Não defendi meu ponto de vista | | | | | |
| 13. Insultei e briguei | | | | | |
| 14. Negocie e tentei um acordo | | | | | |
| 15. Retraí-me, fiquei distante e indiferente | | | | | |
| 16. Desisti rápido depois de ter tentado expor meu ponto de vista | | | | | |

8. Responda as questões seguintes pensando **nos últimos dois meses**:

| Você está satisfeito com a frequência com a qual você e sua parceira fazem sexo? | (1) Muito insatisfeito | (2) | (3) | (4) | (5) | (6) Muito satisfeito |
|--|---------------------------|-----|-----|-----|-----|-------------------------|
| | | | | | | |

| | | | | | | |
|--|---------------------------|--------------------------|-----------------------|--------------------------|---------------------------|----------------------------|
| Você está satisfeito com a qualidade das relações sexuais com sua companheira? | (1) Muito insatisfeito | (2) | (3) | (4) | (5) | (6) Muito satisfeito |
| Você e sua companheira conversam sobre a vida sexual de vocês? | (1) Nunca | (2) | (3) | (4) | (5) | (6) Sempre |
| Você se sente à vontade para conversar sobre sexo com sua parceira? | (1) Nada à vontade | (2) | (3) | (4) | (5) | (6) Muito à vontade |
| Com que frequência você e sua companheira fazem alguma atividade de lazer apenas entre vocês dois? | (1) Quase nunca | (2) A cada dois meses | (3) Uma vez ao mês | (4) Duas vezes ao mês | (5) Uma vez por semana | (6) Quase todos os dias |
| Quando você e sua parceira fazem alguma atividade a dois, o quanto você gosta? | (1) Muito pouco | (2) | (3) | (4) | (5) | (6) Muito |

9. Pensando nas pessoas que convivem com você, avalie o quanto você concorda com as seguintes frases:

| | 1 Discordo plenamente | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 Concordo plenamente |
|--|--------------------------|---|---|---|---|--------------------------|
| Tenho amigos(as) com quem posso conversar sobre meu relacionamento amoroso | | | | | | |
| Eu e minha parceira temos amigos em comum | | | | | | |
| Se eu e minha parceira passássemos por dificuldades em nosso relacionamento, teríamos amigos(as) com quem contar | | | | | | |

10. Das opções abaixo, escolha **uma** que **melhor** represente **a sua situação atual** quando pensa na relação que você tem com sua companheira:

() Penso que não há nada que eu possa fazer para melhorar o meu relacionamento conjugal. Por isso, não penso em mudar meu modo de agir com minha companheira.

- () Penso que eu possa fazer algo para melhorar o meu relacionamento conjugal. **Estou pensando** em mudar meu modo de agir com minha companheira **nos próximos seis meses**.
- () Penso que eu possa fazer algo para melhorar o meu relacionamento conjugal. **Estou decidido** a mudar meu modo de agir com minha companheira **nos próximos seis meses**.
- () Penso que eu posso fazer algo para melhorar o meu relacionamento conjugal. Tanto que, **há menos de seis meses**, **tenho feito mudanças** em meu modo de agir com minha companheira.
- () Penso que eu posso fazer algo para melhorar o meu relacionamento conjugal. Tanto que **tenho feito mudanças** em meu modo de agir com minha companheira **há mais de seis meses**.
- () Penso que eu posso fazer algo para melhorar o meu relacionamento conjugal. Nos últimos meses, **mudei meu modo de agir** com minha companheira. Porém, **às vezes noto que ainda ajo como antes dessa mudança**.



Muito obrigado por participar!

Anexo E – Roteiro de entrevista semiestruturada

1. Por gentileza, descrevam o grupo de casais com o qual vocês trabalharam: qual o contexto e as características dos membros?
2. Como foi a interação deste grupo na primeira oficina?
3. E no decorrer das oficinas, se manteve essa mesma interação ou houve alguma mudança?
4. Em geral, como este grupo reagia às atividades propostas? (aberto, resistente...)
5. Como vocês avaliam o relacionamento que vocês estabeleceram com o grupo?
6. Como vocês avaliam o entrosamento de vocês enquanto equipe? Alguma dificuldade? Se houve, qual?
7. Vocês consideram que as atividades propostas no Manual foram adequadas para este grupo?
8. O que mais marcou vocês no decorrer das oficinas?
9. Vocês perceberam mudanças nos casais?
10. Vocês têm alguma sugestão para edições futuras do Manual Viver a Dois? Quais?

Anexo G – Ficha de Avaliação Oficina 1

Identificação do Observador: _____

Esta ficha é formada por duas partes. A Parte I deve ser respondida durante a oficina. A Parte II deve ser respondida em até dois dias após o término da oficina. Por favor, seja sincera(o) em suas respostas. Muito obrigada!

Parte I

1. Quantos casais estavam presentes na Oficina 1? _____ 2. Em relação ao número de casais esperados, quantos faltaram a essa oficina? _____

3. Abaixo estão listados diversos procedimentos previstos para serem realizados na Oficina 1. Avalie com sinceridade o quanto eles foram realizados. Não é necessário que o moderador tenha utilizado exatamente as mesmas palavras abaixo. Avalie se as ideias e atividades foram transmitidas de acordo com o esperado.

| | Não fez | Fez de maneira bastante incompleta | Fez de maneira quase completa | Fez completa- mente |
|---|---------|---|--|---------------------------|
| Apresentou-se ao grupo | () | () | () | () |
| Apresentou a equipe de apoio | () | () | () | () |
| Acolheu e deu as boas-vindas aos casais | () | () | () | () |
| Falou aos participantes: | | | | |
| Sobre a importância da assiduidade de ambos os membros do casal | () | () | () | () |
| Que a vinda de apenas um membro do casal inviabiliza a sua participação nas oficinas | () | () | () | () |
| Que as informações reveladas no grupo devem ser mantidas em sigilo | () | () | () | () |
| Que todos devem ser pontuais | () | () | () | () |
| Que serão realizadas 6 oficinas, uma por semana, especificando a duração de cada encontro | () | () | () | () |
| Que, em algumas oficinas, eles terão tarefas de casa | () | () | () | () |
| Passou o vídeo “Viver a Dois” | () | () | () | () |
| Fez, ao grupo, a pergunta: “Em meio a 7 bilhões de pessoas, porque escolheste esta para viver?” | () | () | () | () |
| Orientou que cada participante apresentasse seu cônjuge, falando dos dados de identificação (nome, ocupação, tempo de casamento, informação sobre filhos), do encontro (onde se conheceram, o que | () | () | () | () |

| | | | | |
|---|-----|-----|-----|-----|
| pensaram nesse encontro, o que mais marcou naquela ocasião) e das características do cônjuge (quem ele é, o que é para si, o que faz estar com ele) | | | | |
| Durante essa atividade, cuidou para que os participantes ficassem a vontade e se pronunciassem de forma espontânea | () | () | () | () |
| Depois que todos se apresentaram, perguntou se alguém gostaria de se manifestar para comentar o que ouviu do parceiro(a) | () | () | () | () |
| Apontou ao grupo semelhanças entre algumas histórias e sentimentos, para demonstrar o quanto as pessoas têm vivências parecidas | () | () | () | () |
| Falou ao grupo que existem muitas ideias comuns entre as pessoas sobre o que é a vida conjugal, e que algumas dessas ideias são mitos | () | () | () | () |
| Perguntou ao grupo se sabe o que são mitos | () | () | () | () |
| Escutou as manifestações do grupo sobre o que são mitos | () | () | () | () |
| Explicou que mitos são formas de interpretar a realidade, aprendidas nas famílias e passadas de geração em geração. | () | () | () | () |
| Ressaltou que os mitos podem auxiliar a compreender e lidar com situações complicadas da vida cotidiana, mas também podem ser prejudiciais, pois podem não corresponder à realidade | () | () | () | () |
| Falou aos participantes que iria apresentar a eles algumas frases, e que eles deveriam dizer o quanto estão de acordo com essas ideias | () | () | () | () |
| Apresentou a frase “Quem ama de verdade adivinha o que o outro pensa e sente” | () | () | () | () |
| Estimulou o grupo a falar sobre o quanto concorda ou discorda com essa frase | () | () | () | () |
| Apresentou a frase “Marido e mulher devem ser melhores amigos” | () | () | () | () |
| Estimulou o grupo a falar sobre o quanto concorda ou discorda com essa frase | () | () | () | () |
| Apresentou a frase “O casamento é a fonte de toda a nossa felicidade” | () | () | () | () |
| Estimulou o grupo a falar sobre o quanto concorda ou discorda com essa frase | () | () | () | () |
| Conseguiu demonstrar que existem diferenças entre as três frases e o dia a dia conjugal | () | () | () | () |
| Explicou que a primeira frase é um mito porque o amor não vem com bola de cristal, e os cônjuges precisam dizer o que gostam ou não porque o seu parceiro(a) não tem como adivinhar | () | () | () | () |
| Elucidou que a segunda frase é um mito porque o vínculo conjugal deve ser diferente do vínculo de amizade, sendo necessário que os parceiros tenham outras amizades | () | () | () | () |

3. Na sua percepção, em que medida os participantes compreenderam os CONTEÚDOS trabalhados na oficina?

Não compreenderam ←————→ **Compreenderam**
adequadamente
1. () 2. () 3. () 4. () 5. () 6. ()

4. Na sua percepção, em que medida os participantes compreenderam as ATIVIDADES realizadas na oficina?

Não compreenderam ←————→ **Compreenderam**
adequadamente
1. () 2. () 3. () 4. () 5. () 6. ()

5. Indique o quanto, na sua percepção, as atividades realizadas na oficina foram formuladas em linguagem acessível para os casais deste grupo.

Pouco ←————→ **Muito**
1. () 2. () 3. () 4. () 5. () 6. ()

6. Indique o quanto, na sua percepção, os materiais de apoio (slides, vídeo, cartões) foram formuladas em linguagem acessível para os casais deste grupo.

Pouco ←————→ **Muito**
1. () 2. () 3. () 4. () 5. () 6. ()

7. Indique em que medida você sentiu que o moderador estava preparado para coordenar esta oficina.

Pouco ←————→ **Muito**
1. () 2. () 3. () 4. () 5. () 6. ()

8. Indique o seu nível de satisfação com o desempenho do moderador na condução desta oficina.

Muito insatisfeito ←————→ **Muito**
satisfeito
1. () 2. () 3. () 4. () 5. () 6. ()

9. Durante a realização da oficina, quantas vezes o Auxiliar tomou a palavra frente ao grupo:

- Nenhuma vez
- Uma ou duas vezes
- De três a cinco vezes
- Mais que cinco vezes

10. Na sua percepção, assinale a alternativa que representa o modo como o Auxiliar participou da oficina realizando intervenções verbais com os casais:

- Não participou
- Participou menos que o moderador
- Participou tanto quanto o moderador
- Participou mais que o moderador

11. Você observou dificuldade no desenvolvimento dessa oficina? Sim Não. Se a resposta for sim, por favor, a descreva abaixo:

12. O moderador falou algo que não estava previsto no manual, e que teve um impacto importante no grupo? Sim Não. Se a resposta for sim, por favor, descreva o que foi dito:

13. Aconteceu alguma situação inusitada que pode ter impactado o grupo de alguma maneira? Sim Não. Se a resposta for sim, por favor, descreva-a:

Muito obrigada!

Anexo H – Ficha de Avaliação Oficina 2

Identificação do Observador: _____

Esta ficha é formada por duas partes. A Parte I deve ser respondida durante a oficina. A Parte II deve ser respondida em até dois dias após o término da oficina. Por favor, seja sincera(o) em suas respostas. Muito obrigada!

Parte I

1. Quantos casais estavam presentes na Oficina 2? _____ 2. Em relação ao número de casais esperados, quantos faltaram a essa oficina? _____

3. Abaixo estão listados diversos procedimentos previstos para serem realizados na Oficina 2. Avalie com sinceridade o quanto eles foram realizados. Não é necessário que o moderador tenha utilizado exatamente as mesmas palavras abaixo. Avalie se as ideias e atividades foram transmitidas de acordo com o esperado.

| | Não fez | Fez de maneira bastante incompleta | Fez de maneira quase completa | Fez completamente |
|--|---------|------------------------------------|-------------------------------|-------------------|
| Acolheu e deu as boas-vindas aos casais | () | () | () | () |
| Resgatou a ideia de que existem mitos a respeito da vida a dois | () | () | () | () |
| Falou que uma das crenças bastante frequentes entre as pessoas é a que diz que “um casal saudável é aquele que não possui conflitos” | () | () | () | () |
| Perguntou aos participantes o que acham dessa frase | () | () | () | () |
| Falou que não existe relacionamento sem conflito, especialmente relacionamentos conjugais | () | () | () | () |
| Explicou que o conflito ocorre quando há divergências de opiniões e interesses entre os cônjuges | () | () | () | () |
| Disse que essas divergências não devem ser compreendidas como algo negativo, pois é saudável e natural que as pessoas tenham perspectivas diferentes sobre uma mesma situação | () | () | () | () |
| Ressaltou que essa diferença faz com que o conflito possa ser enriquecedor, e que momentos de crise podem ser importantes para o crescimento da relação se o casal for capaz de encaminhá-los com reflexão e diálogo | () | () | () | () |


| | | | | |
|---|-----|-----|-----|-----|
| Falou que acreditar que casais felizes não têm conflitos é um dos primeiros obstáculos no enfrentamento dos conflitos | () | () | () | () |
| Disse que os casais se diferenciam pela maneira como solucionam seus conflitos, e não pelo número e frequência de conflitos que possuem | () | () | () | () |
| Apresentou o quadro com a lista dos diferentes motivos pelos quais os casais podem discutir | () | () | () | () |
| Entregou um pedaço de papel e caneta aos participantes e pediu que cada um escrevesse os três principais motivos de conflitos que enfrentam no seu relacionamento | () | () | () | () |
| Entregou a cada participante um balão e uma cópia do Cartão Intensidade do Sopro, informando que o balão funcionará como um termômetro que medirá o nível de estresse de cada cônjuge frente aos conflitos listados por ambos os cônjuges | () | () | () | () |
| Orientou que cada casal escolhesse a lista de um dos cônjuges para iniciar a atividade | () | () | () | () |
| Orientou que, a cada motivo lido, os cônjuges assoprassem o balão conforme a intensidade assinalada no Cartão Intensidade do Sopro | () | () | () | () |
| Orientou que, a cada conflito assoprado no balão, o casal comparasse a intensidade do estresse expressado pelo assopro | () | () | () | () |
| Orientou que os casais seguissem enchendo o balão e acumulando o ar de todos os motivos de conflitos | () | () | () | () |
| Orientou que, no final cada casal comparasse os balões dos cônjuges | () | () | () | () |
| Colocou uma música de fundo para a realização dessa atividade | () | () | () | () |
| Avaliou com o grupo como foi a experiência | () | () | () | () |
| Perguntou o que aprenderam com essa atividade | () | () | () | () |
| Perguntou se os participantes se surpreenderam com o tema de conflito apontado pelo cônjuge | () | () | () | () |
| Questionou se os participantes se surpreenderam com o tamanho do balão, e por consequência, com o estresse sentido pelo parceiro | () | () | () | () |
| Pediu que os participantes colocassem suas listas de motivos em uma caixa, sem identificar-se | () | () | () | () |
| Listou os motivos de conflitos, enumerando a frequência com que apareceram | () | () | () | () |
| Avaliou com o grupo as semelhanças e diferenças entre os temas de conflitos | () | () | () | () |
| Falou ao grupo que o conflito é inerente aos relacionamentos, por isso não existe união imune aos conflitos | () | () | () | () |
| Expos ao grupo que, mesmo com amor e vontade de estar junto, sempre existem conflitos conjugais, porque existem diferenças entre os membros do casal/cônjuges | () | () | () | () |
| Falou que, embora de forma e intensidade diferentes, os problemas do cotidiano atingem todos os casais | () | () | () | () |

| | | | | |
|---|-----|-----|-----|-----|
| Falou que, já que conflitos conjugais sempre vão existir, o que vai determinar a qualidade do relacionamento do casal é a forma como os mesmos são resolvidos | () | () | () | () |
| Ao finalizar o encontro, falou que na próxima semana seguiriam falando sobre as maneiras de enfrentar os conflitos | () | () | () | () |


Parte II

Esta parte você pode responder em **até dois dias** após o término da oficina.


1. Como você avalia o relacionamento que se estabeleceu entre os casais participantes?

| | Pouco |  | | | | Muito |
|-------------|--------------|--|-----|-----|-----|--------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| Agradável | () | () | () | () | () | () |
| Cooperativo | () | () | () | () | () | () |
| Tímido | () | () | () | () | () | () |
| Conflituado | () | () | () | () | () | () |

2. Como você avalia o relacionamento do moderador com o grupo de casais?

| | Pouco |  | | | | Muito |
|-------------|--------------|--|-----|-----|-----|--------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| Agradável | () | () | () | () | () | () |
| Cooperativo | () | () | () | () | () | () |
| Tímido | () | () | () | () | () | () |
| Truncado | () | () | () | () | () | () |

3. Na sua percepção, em que medida os participantes compreenderam os CONTEÚDOS trabalhados na oficina?

| Não compreenderam |  | | | | Compreenderam |
|--------------------------|--|--------|--------|--------|----------------------|
| | adequadamente | | | | |
| 1. () | 2. () | 3. () | 4. () | 5. () | 6. () |

4. Na sua percepção, em que medida os participantes compreenderam as ATIVIDADES realizadas na oficina?

Não compreenderam ←————→ **Compreenderam**
adequadamente

1. () 2. () 3. () 4. () 5. () 6. ()

5. Indique o quanto, na sua percepção, as atividades realizadas na oficina foram formuladas em linguagem acessível para os casais deste grupo.

Pouco ←————→ **Muito**

1. () 2. () 3. () 4. () 5. () 6. ()

6. Indique o quanto, na sua percepção, os materiais de apoio (slides, vídeo, cartões) foram formuladas em linguagem acessível para os casais deste grupo.

Pouco ←————→ **Muito**

1. () 2. () 3. () 4. () 5. () 6. ()

7. Indique em que medida você sentiu que o moderador estava preparado para coordenar esta oficina.

Pouco ←————→ **Muito**

1. () 2. () 3. () 4. () 5. () 6. ()

8. Indique o seu nível de satisfação com o desempenho do moderador na condução desta oficina.

Muito insatisfeito ←————→ **Muito**
satisfeito

1. () 2. () 3. () 4. () 5. () 6. ()

9. Durante a realização da oficina, quantas vezes o Auxiliar tomou a palavra frente ao grupo:

- Nenhuma vez
- Uma ou duas vezes
- De três a cinco vezes
- Mais que cinco vezes

10. Na sua percepção, assinale a alternativa que representa o modo como o Auxiliar participou da oficina realizando intervenções verbais com os casais:

- Não participou
- Participou menos que o moderador
- Participou tanto quanto o moderador
- Participou mais que o moderador

11. Você observou dificuldade no desenvolvimento dessa oficina? Sim Não. Se a resposta for sim, por favor, a descreva abaixo:

12. O moderador falou algo que não estava previsto no manual, e que teve um impacto importante no grupo? Sim Não. Se a resposta for sim, por favor, descreva o que foi dito:

13. Aconteceu alguma situação inusitada que pode ter impactado o grupo de alguma maneira? Sim Não. Se a resposta for sim, por favor, descreva-a:

Muito obrigada!

Anexo I – Ficha de Avaliação Oficina 3

Identificação do Observador: _____

Esta ficha é formada por duas partes. A Parte I deve ser respondida durante a oficina. A Parte II deve ser respondida em até dois dias após o término da oficina. Por favor, seja sincera(o) em suas respostas. Muito obrigada!

Parte I

1. Quantos casais estavam presentes na Oficina 3? _____ 2. Em relação ao número de casais esperados, quantos faltaram a essa oficina? _____

3. Abaixo estão listados diversos procedimentos previstos para serem realizados na Oficina 3. Avalie com sinceridade o quanto eles foram realizados. Não é necessário que o moderador tenha utilizado exatamente as mesmas palavras abaixo. Avalie se as ideias e atividades foram transmitidas de acordo com o esperado.

| | Não fez | Fez de maneira bastante incompleta | Fez de maneira quase completa | Fez completa- mente |
|--|---------|---|--|---------------------------|
| Acolheu e deu as boas-vindas aos casais | () | () | () | () |
| Entregou a cada participante o cartão No meio de uma briga e pediu que fizessem a atividade individualmente, sem identificar-se | () | () | () | () |
| Reuniu todos os cartões preenchidos em uma caixa | () | () | () | () |
| Escolheu um deles e, primeiro, leu a frase expressando um ou mais afetos negativos | () | () | () | () |
| Depois, leu a mesma frase com entonação diferente, expressando um ou mais afetos positivos | () | () | () | () |
| Escolheu outro cartão, leu a frase em tom neutro para o grupo e perguntou como poderíamos dizer aquela frase com raiva | () | () | () | () |
| Perguntou como poderíamos dizer aquela frase com bom humor | () | () | () | () |
| Perguntou como poderíamos dizer aquela frase cuidando dos sentimentos do outro | () | () | () | () |
| Falou ao grupo que a forma como expressamos aquilo que dizemos é fundamental | () | () | () | () |
| Explicou que existem dois elementos em uma frase: o conteúdo e o afeto. Disse que o conteúdo é aquilo que falamos, e que o afeto é a forma, o tom como falamos | () | () | () | () |

| | | | | |
|--|-----|-----|-----|-----|
| Explicou que, durante um conflito, é comum prestarmos mais atenção ao afeto (tom) do que ao conteúdo, sendo importante prestar atenção à forma como o casal se comunica frente a um conflito | () | () | () | () |
| Falou que as formas de resolver os conflitos vão sendo construídas e adaptadas ao longo do tempo, sendo fruto das tentativas já efetuadas para solucionar divergências | () | () | () | () |
| Disse que é natural a dificuldade em reconhecer que não se está sendo eficaz em comunicar algo ao cônjuge, já que a intenção era resolver o conflito | () | () | () | () |
| Em seguida, distribuiu aos participantes as cópias dos <i>paper-toys</i> , cola, tesoura e lápis de cor | () | () | () | () |
| Orientou os participantes quanto ao modo de montar os bonecos | () | () | () | () |
| Explicou que cada participante deveria caracterizar seu esposo(a) da melhor forma possível | () | () | () | () |
| Colocou uma música de fundo durante a realização dessa tarefa | () | () | () | () |
| Orientou que, quando terminassem de montar os bonecos, mostrassem aos cônjuges como ele ficou | () | () | () | () |
| Abriu para o grupo a possibilidade de mostrar o boneco para todos | () | () | () | () |
| Falou ao grupo que existem diferentes formas de solucionar os conflitos, e que essas formas podem ser associadas com as partes do corpo | () | () | () | () |
| Explicou que cada pessoa tem um lado mais fácil e outro mais difícil de acessar, e que ao longo do relacionamento os casais tendem a aprender a melhor maneira de se comunicar com seus parceiros | () | () | () | () |
| Explicou que devemos escolher um momento adequado para conversar sobre assuntos difíceis | () | () | () | () |
| Falou que é importante que o casal tenha tempo o suficiente para conversar a respeito do conflito em questão | () | () | () | () |
| Recomendou a procura por um lugar onde possam discutir o conflito com privacidade | () | () | () | () |
| Falou que, muitas vezes, a dificuldade em encaminhar os conflitos ocorre porque os casais sempre tomam as mesmas atitudes, e por isso é importante conhecer outras estratégias de encaminhamento dos conflitos | () | () | () | () |
| Entregou a cada casal conjuntos com os quatro cartões Estilos de Resolução de Conflitos | () | () | () | () |
| Ao apresentar a Negociação: | () | () | () | () |
| Disse que se caracteriza pela busca de acordo entre os cônjuges | () | () | () | () |
| Falou que envolve encarar o conflito, escutar o que o outro pensa e tentar encontrar alternativas que sejam satisfatórias para ambos. | () | () | () | () |
| Comentou que está associada a discussões construtivas, sendo necessário, muitas vezes, que os cônjuges cedam em alguma situação | () | () | () | () |

| | | | | |
|---|-----|-----|-----|-----|
| Explicou que essa estratégia está associada à cabeça, que remete ao pensamento, e ao coração, que remete aos sentimentos | () | () | () | () |
| Ao explicar o Ataque: | () | () | () | () |
| Disse que é uma estratégia que se caracteriza pela perda de controle | () | () | () | () |
| Falou que é comum ocorrerem insultos, geralmente ditos sem pensar | () | () | () | () |
| Comentou que esses insultos podem se tornar agressão psicológica, quando ocorrem ameaças, humilhações, entre outros agravamentos, ou agressão física, quando ocorrem tapas, empurrões e outros comportamentos violentos | () | () | () | () |
| Demonstrou que, quando essa estratégia é empregada, dificilmente os cônjuges chegam a um acordo sobre o conflito, pois a discórdia tende a se intensificar | () | () | () | () |
| Explicou que essa estratégia está associada às mãos | () | () | () | () |
| Ao explicar a Evitação/Afastamento/Recuo: | () | () | () | () |
| Falou que corresponde à decisão, por um dos cônjuges, de se recusar a continuar discutindo um assunto. | () | () | () | () |
| Explicou que esse cônjuge geralmente discute até chegar a certo limite, mas depois se nega a continuar a conversa, fica retraído e indiferente aos apelos do outro cônjuge | () | () | () | () |
| Falou que essa estratégia está associada às costas, por representar o dar às costas ao outro. | () | () | () | () |
| Ao explicar a Submissão: | () | () | () | () |
| Explicou que corresponde à desistência de um dos parceiros em defender seu ponto de vista, adotando uma postura de obediência | () | () | () | () |
| Falou que esse cônjuge possui grande dificuldade para defender seu ponto de vista, sendo muito compreensivo e desistindo logo de expor suas ideias | () | () | () | () |
| Disse que esse cônjuge se submete às vontades do companheiro(a), mesmo que não concorde | () | () | () | () |
| Explicou que esse comportamento se associa aos pés, por meio da ideia de estar aos pés do outro | () | () | () | () |
| Utilizou exemplos para explicar as estratégias | () | () | () | () |
| Interagiu com o grupo ao explicar as estratégias | () | () | () | () |
| Depois de explicar, pediu que os casais elessem uma situação de conflito comum entre eles | () | () | () | () |
| Orientou que cada participante identificasse o lado mais fácil e o lado mais difícil de abordar o seu cônjuge durante um conflito, se por meio da cabeça/negociação, mãos/ataque, evitação/costas e submissão/pés | () | () | () | () |
| Orientou que marcassem um X com caneta vermelha no lado mais difícil e um X com caneta verde no lado mais fácil | () | () | () | () |

4. Na sua percepção, em que medida os participantes compreenderam as ATIVIDADES realizadas na oficina?

Não compreenderam ←————→ **Compreenderam**
adequadamente
1. () 2. () 3. () 4. () 5. () 6. ()

5. Indique o quanto, na sua percepção, as atividades realizadas na oficina foram formuladas em linguagem acessível para os casais deste grupo.

Pouco ←————→ **Muito**
1. () 2. () 3. () 4. () 5. () 6. ()

6. Indique o quanto, na sua percepção, os materiais de apoio (slides, vídeo, cartões) foram formuladas em linguagem acessível para os casais deste grupo.

Pouco ←————→ **Muito**
1. () 2. () 3. () 4. () 5. () 6. ()

7. Indique em que medida você sentiu que o moderador estava preparado para coordenar esta oficina.

Pouco ←————→ **Muito**
1. () 2. () 3. () 4. () 5. () 6. ()

8. Indique o seu nível de satisfação com o desempenho do moderador na condução desta oficina.

Muito insatisfeito ←————→ **Muito**
satisfeito
1. () 2. () 3. () 4. () 5. () 6. ()

9. Durante a realização da oficina, quantas vezes o Auxiliar tomou a palavra frente ao grupo:

- () Nenhuma vez
- () Uma ou duas vezes
- () De três a cinco vezes
- () Mais que cinco vezes

10. Na sua percepção, assinale a alternativa que representa o modo como o Auxiliar participou da oficina realizando intervenções verbais com os casais:

- Não participou
- Participou menos que o moderador
- Participou tanto quanto o moderador
- Participou mais que o moderador

11. Você observou dificuldade no desenvolvimento dessa oficina? Sim Não. Se a resposta for sim, por favor, a descreva abaixo:

12. O moderador falou algo que não estava previsto no manual, e que teve um impacto importante no grupo? Sim Não. Se a resposta for sim, por favor, descreva o que foi dito:

13. Aconteceu alguma situação inusitada que pode ter impactado o grupo de alguma maneira? Sim Não. Se a resposta for sim, por favor, descreva-a:

Muito obrigada!

Anexo J – Ficha de Avaliação Oficina 4

Identificação do Observador: _____

Esta ficha é formada por duas partes. A Parte I deve ser respondida durante a oficina. A Parte II deve ser respondida em até dois dias após o término da oficina. Por favor, seja sincera(o) em suas respostas. Muito obrigada!

Parte I

1. Quantos casais estavam presentes na Oficina 4? _____ 2. Em relação ao número de casais esperados, quantos faltaram a essa oficina? _____

3. Abaixo estão listados diversos procedimentos previstos para serem realizados na Oficina 4. Avalie com sinceridade o quanto eles foram realizados. Não é necessário que o moderador tenha utilizado exatamente as mesmas palavras abaixo. Avalie se as ideias e atividades foram transmitidas de acordo com o esperado.

| | Não fez | Fez de maneira bastante incompleta | Fez de maneira quase completa | Fez completamente |
|--|---------|------------------------------------|-------------------------------|-------------------|
| Acolheu e deu as boas-vindas aos casais | () | () | () | () |
| Perguntou onde os casais guardaram os bonecos | () | () | () | () |
| Perguntou se o boneco inspirou reflexões sobre como eles enfrentam seus conflitos | () | () | () | () |
| Falou que a relação conjugal demanda muito cuidado | () | () | () | () |
| Explicou que querer o outro bem não é garantia de uma boa convivência, pois a vida a dois precisa ser pensada e negociada | () | () | () | () |
| Explicou que a capacidade de negociação é fundamental para o enfrentamento dos conflitos | () | () | () | () |
| Falou que compreender os desentendimentos e refletir sobre o que, de fato, gera os desacordos, é um processo que leva ao acordo | () | () | () | () |
| Disse que os processos de negociação têm sucesso quando as partes chegam a um acordo que beneficia a ambos | () | () | () | () |
| Esclareceu que essa situação pode ser chamada de ganhar-ganhar, porque todos saem ganhando, e que essa situação se opõe a outra conhecida como ganhar-perder, em que uma parte ganha e outra perde | () | () | () | () |

| | | | | |
|--|-----|-----|-----|-----|
| Explicou que, para o êxito da negociação, é necessário mostrar-se tranquilo, não alterar a voz, cuidar das palavras que se utiliza, confiar no outro e escutar. | () | () | () | () |
| Ressaltou que é essencial evitar acusar o outro e dizer “ <i>tu tens que</i> ”, “ <i>tu deverias</i> ”, “ <i>tu sempre...</i> ”, “ <i>tu nunca...</i> ” | () | () | () | () |
| Complementou falando da importância de falar na primeira pessoa, dizendo “ <i>eu sinto que</i> ”, “ <i>eu gostaria de...</i> ” “ <i>quem sabe nós dois pudéssemos...</i> ” | () | () | () | () |
| Distribuiu cópias do cartão Ganhar-ganhar para cada casal | () | () | () | () |
| Leu o cartão com o grupo e o explicou | () | () | () | () |
| Orientou que preenchessem juntos os itens da ficha, a partir de um conflito que enfrentam | () | () | () | () |
| Finalizada a atividade, estimulou a discussão sobre os acordos que os casais fizeram para solucionar o seu problema, para quem se sentisse à vontade para falar | () | () | () | () |
| Anotou as ideias fundamentais acerca dos acordos usados pelos casais | () | () | () | () |
| Perguntou ao grupo: “E quando a gente está com raiva... É possível pensar dessa maneira?” | () | () | () | () |
| Aguardou que os participantes se expressassem | () | () | () | () |
| Depois, falou sobre a importância do controle emocional para enfrentar situações conflituosas | () | () | () | () |
| Lembrou que os conflitos são regulados pelo conteúdo e pelo afeto | () | () | () | () |
| Esclareceu que nenhum afeto, por si só, é bom ou ruim | () | () | () | () |
| Explicou que o mais importante é o modo como cada um maneja o seu sentimento | () | () | () | () |
| Pediu que cada participante dissesse algo que o faz se sentir melhor quando está com raiva | () | () | () | () |
| Registrou essas alternativas num lugar em que todos pudessem ver | () | () | () | () |
| Reforçou as múltiplas alternativas possíveis reveladas pelo grupo para dar conta de afetos intensos | () | () | () | () |
| Entregou o cartão Afeto Intenso para cada casal | () | () | () | () |
| Leu o cartão em voz alta com os participantes | () | () | () | () |
| Orientou que colocassem o cartão em um local visível em suas casas | () | () | () | () |
| Ao finalizar o encontro, sintetizou os assuntos trabalhados no encontro usando palavras e exemplos dos participantes | () | () | () | () |
| Destacou a importância de tentar usar a técnica ganhar-ganhar no dia a dia do casal | () | () | () | () |
| Distribuiu uma cópia da crônica Tênis X Frescobol e do cartão Tênis X Frescobol para cada casal | () | () | () | () |
| Solicitou que realizassem a leitura da crônica em casa e conversassem sobre os tópicos do cartão. | () | () | () | () |

Parte II

Esta parte você pode responder em **até dois dias** após o término da oficina.

1. Como você avalia o relacionamento que se estabeleceu entre os casais participantes?

| | Pouco | | | | | Muito |
|-------------|--------------|-----|-----|-----|-----|--------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| Agradável | () | () | () | () | () | () |
| Cooperativo | () | () | () | () | () | () |
| Tímido | () | () | () | () | () | () |
| Conflituado | () | () | () | () | () | () |

2. Como você avalia o relacionamento do moderador com o grupo de casais?

| | Pouco | | | | | Muito |
|-------------|--------------|-----|-----|-----|-----|--------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| Agradável | () | () | () | () | () | () |
| Cooperativo | () | () | () | () | () | () |
| Tímido | () | () | () | () | () | () |
| Truncado | () | () | () | () | () | () |

3. Na sua percepção, em que medida os participantes compreenderam os CONTEÚDOS trabalhados na oficina?

| Não compreenderam | | | | | Compreenderam | |
|--------------------------|----------------------|--------|--------|--------|----------------------|--|
| | adequadamente | | | | | |
| 1. () | 2. () | 3. () | 4. () | 5. () | 6. () | |

4. Na sua percepção, em que medida os participantes compreenderam as ATIVIDADES realizadas na oficina?

| Não compreenderam | | | | | Compreenderam | |
|--------------------------|----------------------|--------|--------|--------|----------------------|--|
| | adequadamente | | | | | |
| 1. () | 2. () | 3. () | 4. () | 5. () | 6. () | |

10. Na sua percepção, assinale a alternativa que representa o modo como o Auxiliar participou da oficina realizando intervenções verbais com os casais:

- Não participou
- Participou menos que o moderador
- Participou tanto quanto o moderador
- Participou mais que o moderador

11. Você observou dificuldade no desenvolvimento dessa oficina? Sim Não. Se a resposta for sim, por favor, a descreva abaixo:

12. O moderador falou algo que não estava previsto no manual, e que teve um impacto importante no grupo? Sim Não. Se a resposta for sim, por favor, descreva o que foi dito:

13. Aconteceu alguma situação inusitada que pode ter impactado o grupo de alguma maneira? Sim Não. Se a resposta for sim, por favor, descreva-a:

Muito obrigada!

Anexo K – Ficha de Avaliação Oficina 5

Identificação do Observador: _____

Esta ficha é formada por duas partes. A Parte I deve ser respondida durante a oficina. A Parte II deve ser respondida em até dois dias após o término da oficina. Por favor, seja sincera(o) em suas respostas. Muito obrigada!

Parte I

1. Quantos casais estavam presentes na Oficina 5? _____ 2. Em relação ao número de casais esperados, quantos faltaram a essa oficina? _____

3. Abaixo estão listados diversos procedimentos previstos para serem realizados na Oficina 5. Avalie com sinceridade o quanto eles foram realizados. Não é necessário que o moderador tenha utilizado exatamente as mesmas palavras abaixo. Avalie se as ideias e atividades foram transmitidas de acordo com o esperado.

| | Não fez | Fez de maneira bastante incompleta | Fez de maneira quase completa | Fez completamente |
|--|---------|------------------------------------|-------------------------------|-------------------|
| Acolheu e deu as boas-vindas aos casais | () | () | () | () |
| Perguntou quais impressões tiveram do texto Tênis X Frescobol | () | () | () | () |
| Perguntou com qual dos estilos de ‘jogo’ eles mais se identificaram | () | () | () | () |
| Falou que a sexualidade é um dos temas importantes da conjugalidade e que faz parte desse jogo | () | () | () | () |
| Esclareceu que, como o sexo é algo íntimo e privado, nem sempre é fácil falar desse tema | () | () | () | () |
| Ressaltou que, por mais que apareça na mídia como desvinculado da intimidade, na vida real, o sexo é um tema sensível e pode se tornar motivo de conflito | () | () | () | () |
| Falou que as características que a mídia apresenta, como o desejo sexual frequente, criatividade, ter orgasmos sempre, não são tarefas fáceis de serem alcançadas no cotidiano | () | () | () | () |
| Explicou as pesquisas sobre a vida sexual dos brasileiros | () | () | () | () |
| Destacou que essas informações mostram que a vida sexual é permeada tanto por prazeres quanto por dificuldades | () | () | () | () |
| Falou que, quando o sexo é um problema, é comum a ocorrências de cobranças e culpabilizações, sendo difícil aos membros do casal considerar as suas dificuldades pessoais | () | () | () | () |

| | | | | |
|---|-----|-----|-----|-----|
| Ressaltou que, quando dificuldades sexuais ocorrem, é necessário encarar como um problema do casal | () | () | () | () |
| Explicou que algumas ideias e crenças existentes sobre o sexo podem dificultar ainda mais a intimidade do casal | () | () | () | () |
| Passou o vídeo Sexo: um assunto para dois | () | () | () | () |
| Estimulou que os casais discutissem o que mais chamou a atenção no vídeo | () | () | () | () |
| Questionou o grupo sobre uma das crenças que o vídeo ilustra: “Homem que é homem sempre está pronto para o sexo?” | () | () | () | () |
| Problematizou esse questionamento junto com o grupo | () | () | () | () |
| Apresentou a crença “A idade faz com que as pessoas percam o interesse pelo sexo” | () | () | () | () |
| Problematizou esse questionamento junto com o grupo | () | () | () | () |
| Apresentou a crença “Os filhos atrapalham a vida sexual do casal” | () | () | () | () |
| Problematizou esse questionamento junto com o grupo | () | () | () | () |
| Apresentou a crença “Todo o casal precisa conversar sobre sexo” | () | () | () | () |
| Problematizou esse questionamento junto com o grupo | () | () | () | () |
| Falou da necessidade de que ambos os membros do casal considerem-se corresponsáveis pela vivência da sexualidade conjugal | () | () | () | () |
| Esclareceu que a sexualidade é um processo maior que o ato sexual, requerendo envolvimento, sedução, carinho, entre outros elementos | () | () | () | () |
| Destacou que a sexualidade é um processo inacabado, que o casal constrói ao longo da convivência | () | () | () | () |
| Entregou para cada participante um cartão “Para começo de conversa, eu...” | () | () | () | () |
| Orientou que, individualmente, cada um lesse e assinalasse as frases que fazem sentido na sua vivência com o seu cônjuge | () | () | () | () |
| Colocou uma música de fundo enquanto essa atividade era realizada | () | () | () | () |
| Orientou que os casais levassem os cartões para casa e, em um momento de privacidade, lessem ao outro as frases que assinalaram, conversando sobre elas | () | () | () | () |
| Ao finalizar o encontro, ressaltou a importância de os casais realizarem essa tarefa com privacidade, em um momento em que não possam ser interrompidos, para poderem refletir juntos | () | () | () | () |

Parte II

Esta parte você pode responder em **até dois dias** após o término da oficina.

1. Como você avalia o relacionamento que se estabeleceu entre os casais participantes?

| | Pouco | | | | | Muito |
|-------------|--------------|-----|-----|-----|-----|--------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| Agradável | () | () | () | () | () | () |
| Cooperativo | () | () | () | () | () | () |
| Tímido | () | () | () | () | () | () |
| Conflituado | () | () | () | () | () | () |

2. Como você avalia o relacionamento do moderador com o grupo de casais?

| | Pouco | | | | | Muito |
|-------------|--------------|-----|-----|-----|-----|--------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| Agradável | () | () | () | () | () | () |
| Cooperativo | () | () | () | () | () | () |
| Tímido | () | () | () | () | () | () |
| Truncado | () | () | () | () | () | () |

3. Na sua percepção, em que medida os participantes compreenderam os CONTEÚDOS trabalhados na oficina?

| Não compreenderam | | | | | Compreenderam | |
|--------------------------|----------------------|--------|--------|--------|----------------------|--|
| | adequadamente | | | | | |
| 1. () | 2. () | 3. () | 4. () | 5. () | 6. () | |

4. Na sua percepção, em que medida os participantes compreenderam as ATIVIDADES realizadas na oficina?

| Não compreenderam | | | | | Compreenderam | |
|--------------------------|----------------------|--------|--------|--------|----------------------|--|
| | adequadamente | | | | | |
| 1. () | 2. () | 3. () | 4. () | 5. () | 6. () | |

10. Na sua percepção, assinale a alternativa que representa o modo como o Auxiliar participou da oficina realizando intervenções verbais com os casais:

- () Não participou
- () Participou menos que o moderador
- () Participou tanto quanto o moderador
- () Participou mais que o moderador

11. Você observou dificuldade no desenvolvimento dessa oficina? () Sim () Não. Se a resposta for sim, por favor, a descreva abaixo:

12. O moderador falou algo que não estava previsto no manual, e que teve um impacto importante no grupo? () Sim () Não. Se a resposta for sim, por favor, descreva o que foi dito:

13. Aconteceu alguma situação inusitada que pode ter impactado o grupo de alguma maneira? () Sim () Não. Se a resposta for sim, por favor, descreva-a:

Muito obrigada!

Anexo L – Ficha de Avaliação Oficina 6

Identificação do Observador: _____

Esta ficha é formada por TRÊS partes. A Parte I deve ser respondida durante a oficina. A Parte II deve ser respondida em até dois dias após o término da oficina. A Parte III também deve ser respondida após o término da oficina, e avalia a tua experiência com todo o Programa Viver a Dois. Por favor, seja sincera(o) em suas respostas. Muito obrigada!

Parte I

1. Quantos casais estavam presentes na Oficina 6? _____ 2. Em relação ao número de casais esperados, quantos faltaram a essa oficina? _____

3. Abaixo estão listados diversos procedimentos previstos para serem realizados na Oficina 6. Avalie com sinceridade o quanto eles foram realizados. Não é necessário que o moderador tenha utilizado exatamente as mesmas palavras abaixo. Avalie se as ideias e atividades foram transmitidas de acordo com o esperado.

| | Não fez | Fez de maneira bastante incompleta | Fez de maneira quase completa | Fez completamente |
|--|---------|------------------------------------|-------------------------------|-------------------|
| Acolheu e deu as boas-vindas aos casais | () | () | () | () |
| Perguntou se os casais conseguiram encontrar um tempo livre para realizar a tarefa de casa do encontro anterior | () | () | () | () |
| A partir do relato dos participantes, introduziu a ideia da importância de planejar o tempo livre | () | () | () | () |
| Entregou a cada participante uma cópia do cartão Uso do tempo | () | () | () | () |
| Orientou que, com as cores da legenda, expressassem como organizam o seu tempo em um dia de trabalho e em um dia livre | () | () | () | () |
| Colocou uma música de fundo enquanto essa atividade era realizada | () | () | () | () |
| Quando os casais terminaram a atividade, pediu que comparassem seus gráficos com os de seus cônjuges | () | () | () | () |
| Explicou aos casais que a forma de organizar o desfrutar do tempo livre é um motivo frequente de conflitos conjugais | () | () | () | () |
| Falou que nem sempre é fácil adequar a atividade de lazer às preferências individuais | () | () | () | () |

| | | | | |
|---|-----|-----|-----|-----|
| Disse que é importante buscar um equilíbrio entre atividades de lazer individuais e compartilhadas, demarcando momentos apenas para o casal | () | () | () | () |
| Entregou a cada casal um cartão Curtigrama | () | () | () | () |
| Solicitou que, juntos, pensassem nas coisas que gostam e não gostam de fazer, preenchendo os quadrantes | () | () | () | () |
| Colocou uma música de fundo enquanto essa atividade era realizada | () | () | () | () |
| Quando a atividade foi concluída, pediu que cada casal apresentasse o seu Curtigrama ao grupo | () | () | () | () |
| Analisou, com os casais, os conteúdos escritos nos quadrantes “fazemos e não gostamos” e “gostamos e não fazemos” | () | () | () | () |
| Questionou a frequência com que fazem essas atividades, o motivo pelo qual a fazem e o que essas atividades acrescentam nas vidas dos participantes | () | () | () | () |
| Concluída essa atividade, retomou todos os conteúdos trabalhados durante as seis oficinas | () | () | () | () |
| Passou novamente o vídeo Viver a Dois | () | () | () | () |
| Reforçou aos casais que viver a dois é um desafio diário | () | () | () | () |
| Estimulou os participantes a pensar em tudo o que vivenciaram durante as seis oficinas e propôs que formalizassem um Contrato de Intenções | () | () | () | () |
| Entregou um contrato para cada casal e orientou que o preenchessem | () | () | () | () |
| Convidou os participantes a lerem o contrato em voz alta, formalizando-o | () | () | () | () |
| Ao final, entregou a cada casal um certificado de participação | () | () | () | () |

Parte II

Esta parte você pode responder em **até dois dias** após o término da oficina.

1. Como você avalia o relacionamento que se estabeleceu entre os casais participantes?

| | Pouco | | | | | Muito |
|-------------|--------------|-----|-----|-----|-----|--------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| Agradável | () | () | () | () | () | () |
| Cooperativo | () | () | () | () | () | () |
| Tímido | () | () | () | () | () | () |
| Conflituado | () | () | () | () | () | () |

2. Como você avalia o relacionamento do moderador com o grupo de casais?

| | Pouco | | | | | Muito |
|-------------|--------------|-----|-----|-----|-----|--------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| Agradável | () | () | () | () | () | () |
| Cooperativo | () | () | () | () | () | () |
| Tímido | () | () | () | () | () | () |
| Truncado | () | () | () | () | () | () |

3. Na sua percepção, em que medida os participantes compreenderam os CONTEÚDOS trabalhados na oficina?

| Não compreenderam | | | | | | Compreenderam |
|--------------------------|----------------------|--------|--------|--------|--------|----------------------|
| | adequadamente | | | | | |
| 1. () | 2. () | 3. () | 4. () | 5. () | 6. () | |

4. Na sua percepção, em que medida os participantes compreenderam as ATIVIDADES realizadas na oficina?

| Não compreenderam | | | | | | Compreenderam |
|--------------------------|----------------------|--|--|--|--|----------------------|
| | adequadamente | | | | | |

1. ()

2. ()

3. ()

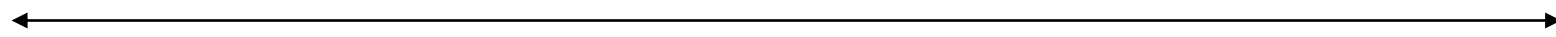
4. ()

5. ()

6. ()

5. Indique o quanto, na sua percepção, as atividades realizadas na oficina foram formuladas em linguagem acessível para os casais deste grupo.

Pouco



Muito

1. ()

2. ()

3. ()

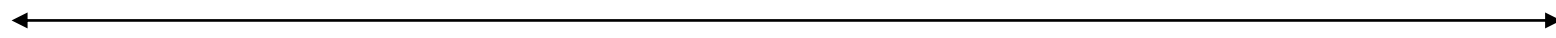
4. ()

5. ()

6. ()

6. Indique o quanto, na sua percepção, os materiais de apoio (slides, vídeo, cartões) foram formuladas em linguagem acessível para os casais deste grupo.

Pouco



Muito

1. ()

2. ()

3. ()

4. ()

5. ()

6. ()

7. Indique em que medida você sentiu que o moderador estava preparado para coordenar esta oficina.

Pouco



Muito

1. ()

2. ()

3. ()

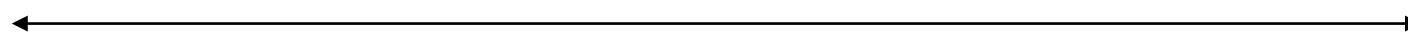
4. ()

5. ()

6. ()

8. Indique o seu nível de satisfação com o desempenho do moderador na condução desta oficina.

Muito insatisfeito



Muito

satisfeito

1. ()

2. ()

3. ()

4. ()

5. ()

6. ()

9. Durante a realização da oficina, quantas vezes o Auxiliar tomou a palavra frente ao grupo:

() Nenhuma vez

() Uma ou duas vezes

() De três a cinco vezes

() Mais que cinco vezes

10. Na sua percepção, assinale a alternativa que representa o modo como o Auxiliar participou da oficina realizando intervenções verbais com os casais:

- () Não participou
- () Participou menos que o moderador
- () Participou tanto quanto o moderador
- () Participou mais que o moderador

11. Você observou dificuldade no desenvolvimento dessa oficina? () Sim () Não. Se a resposta for sim, por favor, a descreva abaixo:

12. O moderador falou algo que não estava previsto no manual, e que teve um impacto importante no grupo? () Sim () Não. Se a resposta for sim, por favor, descreva o que foi dito:

13. Aconteceu alguma situação inusitada que pode ter impactado o grupo de alguma maneira? () Sim () Não. Se a resposta for sim, por favor, descreva-a:

Muito obrigada!

Anexo M – Avaliação Oficina 1 (Casais)

Id. do grupo: _____

Id. do casal: _____

Você é: () Esposo () Esposa

Data desta oficina: _____

Por favor, diga como você se sentiu, durante a oficina:

Quanto a estar à vontade:

| | | | |
|----------------|---------------------|-------------------------|-----------------|
| Nada à vontade | Bem pouco à vontade | Mais ou menos à vontade | Muito à vontade |
| () | () | () | () |

Quanto a estar confortável:

| | | | |
|----------------------|-------------------------|-------------|-------------------|
| Muito desconfortável | Um pouco desconfortável | Confortável | Muito confortável |
| () | () | () | () |

Agora diga o quanto a oficina...

Fez sentido para você

| | | | |
|----------------|----------------------|---------------------|---------------|
| Nenhum sentido | Quase nenhum sentido | Um pouco de sentido | Muito sentido |
| () | () | () | () |

Foi útil para o seu relacionamento

| | | | |
|-----------|-----------------|---------------|------------|
| Nada útil | Quase nada útil | Um pouco útil | Muito útil |
| () | () | () | () |

Se você tivesse que dar uma nota de 1 a 10 para essa oficina, que nota você daria?

() 1 () 2 () 3 () 4 () 5 () 6 () 7 () 8 () 9 () 10

Na oficina de hoje, vocês falaram sobre mitos do relacionamento, certo?

Você compreendeu o que são mitos?

| | | | |
|-------------|---|---|---------|
| Não entendi | Um pouco, mas fiquei com muitas dúvidas | Sim, mas fiquei com algumas dúvidas | Entendi |
| () | () | () | () |

Como você avalia a explicação que foi dada sobre os mitos?

| | | | |
|---------------|---------------------|-------|-------------|
| Muito confusa | Um pouco confusa | Clara | Muito clara |
| () | () | () | () |

Do que você mais gostou nessa oficina?

- () De apresentar o/a esposo/a
- () De ser apresentado pelo/a esposo/a
- () De ver os outros casais se apresentando
- () Do vídeo
- () Da explicação sobre o que são mitos
- () Da discussão sobre os mitos
- () Da tarefa de casa
- () Outro: _____

Teve alguma coisa que você não gostou na oficina de hoje? () Sim () Não

Se sim, o que? _____

Muito obrigada!

Anexo N – Avaliação Oficina 2 (Casais)

Id. do grupo: _____

Id. do casal: _____

Você é: () Esposo () Esposa

Data desta oficina: _____

Por favor, diga como você se sentiu, durante a oficina:

Quanto a estar à vontade:

| | | | |
|----------------|---------------------|-------------------------|-----------------|
| Nada à vontade | Bem pouco à vontade | Mais ou menos à vontade | Muito à vontade |
| () | () | () | () |

Quanto a estar confortável:

| | | | |
|----------------------|-------------------------|-------------|-------------------|
| Muito desconfortável | Um pouco desconfortável | Confortável | Muito confortável |
| () | () | () | () |

Agora diga o quanto a oficina...

Fez sentido para você

| | | | |
|----------------|----------------------|---------------------|---------------|
| Nenhum sentido | Quase nenhum sentido | Um pouco de sentido | Muito sentido |
| () | () | () | () |

Foi útil para o seu relacionamento

| | | | |
|-----------|-----------------|---------------|------------|
| Nada útil | Quase nada útil | Um pouco útil | Muito útil |
| () | () | () | () |

Se você tivesse que dar uma nota de 1 a 10 para essa oficina, que nota você daria?

() 1 () 2 () 3 () 4 () 5 () 6 () 7 () 8 () 9 () 10

Do que você mais gostou nessa oficina?

() A atividade dos balões

() O momento em que os motivos de conflitos de todos foram listados

() O momento em que se falou que todos os casais têm conflitos

() Outra: _____

Teve alguma coisa que você não gostou na oficina de hoje? () Sim () Não

Se sim, o que? _____

Muito obrigada!

Anexo O – Avaliação Oficina 3 (Casais)

Id. do grupo: _____

Id. do casal: _____

Você é: () Esposo () Esposa

Data desta oficina: _____

Por favor, diga como você se sentiu, durante a oficina:

Quanto a estar à vontade:

| | | | |
|----------------|---------------------|-------------------------|-----------------|
| Nada à vontade | Bem pouco à vontade | Mais ou menos à vontade | Muito à vontade |
| () | () | () | () |

Quanto a estar confortável:

| | | | |
|----------------------|-------------------------|-------------|-------------------|
| Muito desconfortável | Um pouco desconfortável | Confortável | Muito confortável |
| () | () | () | () |

Agora diga o quanto a oficina...

Fez sentido para você

| | | | |
|----------------|----------------------|---------------------|---------------|
| Nenhum sentido | Quase nenhum sentido | Um pouco de sentido | Muito sentido |
| () | () | () | () |

Foi útil para o seu relacionamento

| | | | |
|-----------|-----------------|---------------|------------|
| Nada útil | Quase nada útil | Um pouco útil | Muito útil |
| () | () | () | () |

Se você tivesse que dar uma nota de 1 a 10 para essa oficina, que nota você daria?

() 1 () 2 () 3 () 4 () 5 () 6 () 7 () 8 () 9 () 10

Na oficina de hoje, vocês falaram sobre como resolver conflitos conjugais. Foram apresentadas quatro estratégias de resolução dos conflitos (negociação, ataque, evitação/afastamento e submissão).

Você compreendeu essas quatro estratégias?

| | | | |
|-------------|---|---|---------|
| Não entendi | Um pouco, mas fiquei com muitas dúvidas | Sim, mas fiquei com algumas dúvidas | Entendi |
| () | () | () | () |

Como você avalia a explicação que foi dada sobre essas estratégias?

| | | | |
|---------------|---------------------|-------|-------------|
| Muito confusa | Um pouco confusa | Clara | Muito clara |
| () | () | () | () |

Do que você mais gostou nessa oficina?

- () Do exercício sobre as diferentes formas de dizer uma mesma frase
- () De montar o boneco do(a) meu(minha) companheiro(a)
- () Da explicação sobre as estratégias de resolução de conflitos
- () De identificar com um X as estratégias que funcionam e as que não funcionam na relação com o(a) meu(minha) companheiro(a)
- () Outra: _____

Teve alguma coisa que você não gostou na oficina de hoje? () Sim () Não

Se sim, o que? _____

Muito obrigada!

Anexo P – Avaliação Oficina 4 (Casais)

Id. do grupo: _____

Id. do casal: _____

Você é: () Esposo () Esposa

Data desta oficina: _____

Por favor, diga como você se sentiu, durante a oficina:

Quanto a estar à vontade:

| | | | |
|----------------|---------------------|-------------------------|-----------------|
| Nada à vontade | Bem pouco à vontade | Mais ou menos à vontade | Muito à vontade |
| () | () | () | () |

Quanto a estar confortável:

| | | | |
|----------------------|-------------------------|-------------|-------------------|
| Muito desconfortável | Um pouco desconfortável | Confortável | Muito confortável |
| () | () | () | () |

Agora diga o quanto a oficina...

Fez sentido para você

| | | | |
|----------------|----------------------|---------------------|---------------|
| Nenhum sentido | Quase nenhum sentido | Um pouco de sentido | Muito sentido |
| () | () | () | () |

Foi útil para o seu relacionamento

| | | | |
|-----------|-----------------|---------------|------------|
| Nada útil | Quase nada útil | Um pouco útil | Muito útil |
| () | () | () | () |

Se você tivesse que dar uma nota de 1 a 10 para essa oficina, que nota você daria?

() 1 () 2 () 3 () 4 () 5 () 6 () 7 () 8 () 9 () 10

Na oficina de hoje, vocês falaram sobre negociação dos conflitos.

Você compreendeu porque não se deve dizer “*tu tens que...*”, “*tu sempre faz...*”, sendo melhor dizer “*eu sinto que...*”, “*eu gostaria...*”?

| | | | |
|-------------|---|---|---------|
| Não entendi | Um pouco, mas fiquei com muitas dúvidas | Sim, mas fiquei com algumas dúvidas | Entendi |
| () | () | () | () |

Como você avalia a explicação que foi dada esse jeito de falar?

| | | | |
|---------------|---------------------|-------|-------------|
| Muito confusa | Um pouco confusa | Clara | Muito clara |
| () | () | () | () |

Do que você mais gostou nessa oficina?

- () Aprender a diferença entre dizer “*tu tens que...*” e “*eu sinto que...*”
() Fazer o exercício de negociação de um conflito
() Do cartão que apresenta alternativas para situações de conflitos com sentimentos negativos e intensos
() Outra: _____

Teve alguma coisa que você não gostou na oficina de hoje? () Sim () Não

Se sim, o que? _____

Muito obrigada!

Anexo Q – Avaliação Oficina 5 (Casais)

Id. do grupo: _____

Id. do casal: _____

Você é: () Esposo () Esposa

Data desta oficina: _____

Por favor, diga como você se sentiu, durante a oficina:

Quanto a estar à vontade:

| | | | |
|----------------|---------------------|-------------------------|-----------------|
| Nada à vontade | Bem pouco à vontade | Mais ou menos à vontade | Muito à vontade |
| () | () | () | () |

Quanto a estar confortável:

| | | | |
|----------------------|-------------------------|-------------|-------------------|
| Muito desconfortável | Um pouco desconfortável | Confortável | Muito confortável |
| () | () | () | () |

Agora diga o quanto a oficina...

Fez sentido para você

| | | | |
|----------------|----------------------|---------------------|---------------|
| Nenhum sentido | Quase nenhum sentido | Um pouco de sentido | Muito sentido |
| () | () | () | () |

Foi útil para o seu relacionamento

| | | | |
|-----------|-----------------|---------------|------------|
| Nada útil | Quase nada útil | Um pouco útil | Muito útil |
| () | () | () | () |

Se você tivesse que dar uma nota de 1 a 10 para essa oficina, que nota você daria?

() 1 () 2 () 3 () 4 () 5 () 6 () 7 () 8 () 9 () 10

Do que você mais gostou nessa oficina? (Pode assinalar mais de uma alternativa)

- () Da crônica Tênis ou Frescobol, que ganhamos na Oficina passada
- () Do vídeo sobre sexo
- () De escutar o moderador explicando a importância de conversar sobre sexo
- () De discutir as crenças sobre sexo
- () De responder o cartão sobre a minha vida sexual com meu(minha) companheiro(a)
- () Da tarefa de casa – conversar sobre esse cartão com meu(minha) companheiro(a)
- () Outra: _____

Teve alguma coisa que você não gostou na oficina de hoje? () Sim () Não

Se sim, o que? _____

Muito obrigada!

Anexo R – Avaliação Oficina 6 (Casais)

Id. do grupo: _____

Id. do casal: _____

Você é: () Esposo () Esposa

Data desta oficina: _____

Por favor, diga como você se sentiu, durante a oficina:

Quanto a estar à vontade:

| | | | |
|----------------|---------------------|-------------------------|-----------------|
| Nada à vontade | Bem pouco à vontade | Mais ou menos à vontade | Muito à vontade |
| () | () | () | () |

Quanto a estar confortável:

| | | | |
|----------------------|-------------------------|-------------|-------------------|
| Muito desconfortável | Um pouco desconfortável | Confortável | Muito confortável |
| () | () | () | () |

Agora diga o quanto a oficina...

Fez sentido para você

| | | | |
|----------------|----------------------|---------------------|---------------|
| Nenhum sentido | Quase nenhum sentido | Um pouco de sentido | Muito sentido |
| () | () | () | () |

Foi útil para o seu relacionamento

| | | | |
|-----------|-----------------|---------------|------------|
| Nada útil | Quase nada útil | Um pouco útil | Muito útil |
| () | () | () | () |

Se você tivesse que dar uma nota de 1 a 10 para essa oficina, que nota você daria?

() 1 () 2 () 3 () 4 () 5 () 6 () 7 () 8 () 9 () 10

Do que você mais gostou nessa oficina? (Pode assinalar mais de uma alternativa)

() Da atividade sobre o gráfico sobre o uso do tempo

() Da atividade com o curtigrama

() De preencher o contrato de intenções

() Outra: _____

T Teve alguma coisa que você não gostou na oficina de hoje? () Sim () Não

Se sim, o que? _____

Muito obrigada!

Anexo S – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (Casais)

Prezados participantes,

Vocês estão sendo convidados a participar da pesquisa “*Estratégias de resolução de conflitos conjugais: Uma proposta de intervenção psicoeducativa com casais*”. O objetivo é realizar a avaliação da eficácia do programa *Viver a Dois: Compartilhando esse Desafio*. Devido a isso, a sua colaboração é muito importante! Como participante desta pesquisa, vocês participarão de um programa psicoeducativo para casais, que tem como objetivo promover melhores níveis de saúde na família, enfocando a relação conjugal. Este programa é constituído por seis oficinas, com frequência semanal e duração de 1h30 a 2h cada.

Ao participar desta pesquisa, vocês também terão que responder a alguns questionários, antes, durante e depois de finalizado o programa. Em todos esses momentos, haverá um pesquisador que lhes orientará e auxiliará no que for necessário.

Todos os questionários são anônimos, como forma de garantir o sigilo das suas respostas. Assim, ainda que os resultados da pesquisa possam ser publicados, as suas identidades serão preservadas. Como participantes desta pesquisa, vocês poderão desistir de colaborar em qualquer momento, se assim o desejarem, sem nenhum prejuízo ou comprometimento futuro. Sintam-se à vontade para fazer qualquer pergunta ou pedir esclarecimentos antes de decidir.

A participação nessa pesquisa envolve riscos mínimos. Contudo, se vocês se sentirem desconfortáveis durante as oficinas ou durante a aplicação dos questionários, avaliaremos a sua situação particularmente para encaminhá-los a um tratamento adequado. A sua concordância em participar do estudo se dará a partir da sua assinatura deste termo em duas vias, uma que ficará conosco e a outra com vocês.

“Nós, _____ e _____, fomos informados(as) dos objetivos da pesquisa de maneira clara e detalhada. Recebemos orientações sobre os procedimentos envolvidos e esclarecemos nossas dúvidas. Sabemos que em qualquer momento podemos solicitar novas informações e modificar nossa decisão, se assim o desejarmos. A pesquisadora Adriana Wagner e sua equipe nos certificaram de que todos os dados desta pesquisa são confidenciais e que teremos liberdade de retirar nosso consentimento para a participação na pesquisa, se e quando quisermos. Também fomos informados(as) da possibilidade de publicação dos resultados da pesquisa, mas com o anonimato assegurado. Caso tenhamos novas perguntas sobre este estudo, a responsável pela pesquisa é a Prof^a. Dr^a. Adriana Wagner e a doutoranda Angélica Paula Neumann, com as quais poderemos entrar em contato pelo telefone (51) 3308-2117 ou pelo e-mail relacoesfamiliares@hotmail.com. Estamos ciente de que o Comitê de Ética em Pesquisa do Instituto de Psicologia da UFRGS, situado à Rua Ramiro Barcelos, 2600, Fone 3308-5066, aprovou esta pesquisa. Sabemos que os questionários respondidos serão guardados de forma não identificável na sala da pesquisadora na Rua Ramiro Barcelos, 2600/sala 126, Porto Alegre/ RS, pelo período de cinco anos. Declaramos que recebemos cópia do presente termo de consentimento”.

| | | |
|-----------------------------|-------------------|----------------|
| _____ | _____ | ____/____/____ |
| Nome do participante | Assinatura | Data |
| _____ | _____ | ____/____/____ |
| Nome do participante | Assinatura | Data |
| _____ | _____ | ____/____/____ |
| Nome da pesquisadora | Assinatura | Data |

Anexo T – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (Moderadores)

Prezado participante,

Você está sendo convidado a participar de uma pesquisa intitulada “*Viver a Dois: Compartilhando esse desafio*”: *Avaliação de um Programa Psicoeducativo para Casais*. O objetivo é realizar a avaliação da eficácia deste programa. Devido a isso, a sua colaboração é muito importante!

Para participar, você atuará como moderador de um grupo de casais, aplicando o programa de educação conjugal *Viver a Dois: Compartilhando esse Desafio*. Você receberá treinamento e supervisão para isso. Além de moderar o programa, você precisará responder a alguns questionários em diferentes momentos: a) antes do início do programa b) semanalmente durante a realização do programa.

Todos os questionários são anônimos, como forma de garantir o sigilo das suas respostas. Assim, ainda que os resultados da pesquisa possam ser publicados, a sua identidade será preservada. Como participante desta pesquisa, você poderá desistir de colaborar em qualquer momento, se assim o desejar. Sinta-se à vontade para fazer qualquer pergunta ou pedir esclarecimentos antes de decidir.

A participação nessa pesquisa envolve riscos mínimos. Contudo, se você se sentir desconfortável em qualquer momento, por favor, comunique a equipe responsável para avaliarmos e encaminharmos a situação da melhor maneira. A sua concordância em participar do estudo se dará a partir da sua assinatura no presente termo em duas vias, uma que ficará conosco e a outra em seu poder.

“Eu, _____, fui informado(a) dos objetivos da pesquisa de maneira clara e detalhada. Recebi orientações sobre os procedimentos envolvidos e esclareci minhas dúvidas. Sei que em qualquer momento posso solicitar novas informações e modificar minha decisão, se eu assim o desejar. A pesquisadora Adriana Wagner e sua equipe certificaram de que todos os dados desta pesquisa são confidenciais e que terei liberdade de retirar meu consentimento para a participação na pesquisa, quando quiser. Também fui informado(a) da possibilidade de publicação dos resultados da pesquisa, mas com o anonimato assegurado.

Caso tenha novas perguntas sobre este estudo, a responsável pela pesquisa é a Prof^a. Dr^a. Adriana Wagner e a doutoranda Angélica Paula Neumann, com as quais poderei entrar em contato pelo telefone (51) 3308-5322 ou pelo e-mail relacoesfamiliares@hotmail.com. Tendo qualquer dúvida, poderei fazer contato direto com a equipe de pesquisa. Estou ciente de que o Comitê de Ética em Pesquisa do Instituto de Psicologia da UFRGS, situado à Rua Ramiro Barcelos, 2600, Fone 3308-5066, aprovou esta pesquisa. Sei que os questionários aqui respondidos serão guardados de forma não identificável na sala da pesquisadora na Rua Ramiro Barcelos, 2600/sala 126, Porto Alegre/ RS, pelo período de cinco anos”.

Declaro que recebi cópia do presente termo de consentimento.

| | | |
|-----------------------------|-------------------|----------------|
| _____ | _____ | ____/____/____ |
| Nome do participante | Assinatura | Data |

| | | |
|-----------------------------|-------------------|----------------|
| _____ | _____ | ____/____/____ |
| Nome do participante | Assinatura | Data |

Anexo U – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (Observadores)

Prezado participante,

Você está sendo convidado a participar de uma pesquisa intitulada “*Viver a Dois: Compartilhando esse desafio*”: *Avaliação de um Programa Psicoeducativo para Casais*. O objetivo é realizar a avaliação da eficácia deste programa. Devido a isso, a sua colaboração é muito importante!

Para participar, você atuará como observador e auxiliar de um grupo de casais, o qual receberá o programa de educação conjugal *Viver a Dois: Compartilhando esse Desafio*. Você receberá treinamento e supervisão para isso. Além de observar e auxiliar na realização do programa, você precisará responder a alguns questionários em diferentes momentos: a) antes do início do programa b) semanalmente durante a realização do programa.

Todos os questionários são anônimos, como forma de garantir o sigilo das suas respostas. Assim, ainda que os resultados da pesquisa possam ser publicados, a sua identidade será preservada. Como participante desta pesquisa, você poderá desistir de colaborar em qualquer momento, se assim o desejar. Sinta-se à vontade para fazer qualquer pergunta ou pedir esclarecimentos antes de decidir.

A participação nessa pesquisa envolve riscos mínimos. Contudo, se você se sentir desconfortável em qualquer momento, por favor, comunique a equipe responsável para avaliarmos e encaminharmos a situação da melhor maneira. A sua concordância em participar do estudo se dará a partir da sua assinatura no presente termo em duas vias, uma que ficará conosco e a outra em seu poder.

“Eu, _____, fui informado(a) dos objetivos da pesquisa de maneira clara e detalhada. Recebi orientações sobre os procedimentos envolvidos e esclareci minhas dúvidas. Sei que em qualquer momento posso solicitar novas informações e modificar minha decisão, se eu assim o desejar. A pesquisadora Adriana Wagner e sua equipe certificaram de que todos os dados desta pesquisa são confidenciais e que terei liberdade de retirar meu consentimento para a participação na pesquisa, quando quiser. Também fui informado(a) da possibilidade de publicação dos resultados da pesquisa, mas com o anonimato assegurado.

Caso tenha novas perguntas sobre este estudo, a responsável pela pesquisa é a Prof^a. Dr^a. Adriana Wagner e a doutoranda Angélica Paula Neumann, com as quais poderei entrar em contato pelo telefone (51) 3308-5322 ou pelo e-mail relacoesfamiliares@hotmail.com. Tendo qualquer dúvida, poderei fazer contato direto com a equipe de pesquisa. Estou ciente de que o Comitê de Ética em Pesquisa do Instituto de Psicologia da UFRGS, situado à Rua Ramiro Barcelos, 2600, Fone 3308-5066, aprovou esta pesquisa. Sei que os questionários aqui respondidos serão guardados de forma não identificável na sala da pesquisadora na Rua Ramiro Barcelos, 2600/sala 126, Porto Alegre/ RS, pelo período de cinco anos”.

Declaro que recebi cópia do presente termo de consentimento.

| | | |
|-----------------------------|-------------------|----------------|
| _____ | _____ | ____/____/____ |
| Nome do participante | Assinatura | Data |
| _____ | _____ | ____/____/____ |
| Nome do participante | Assinatura | Data |

Anexo V – Carta de aprovação do Comitê de Ética

INSTITUTO DE PSICOLOGIA -
UFRGS



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: Estratégias de resolução de conflitos conjugais: uma proposta de intervenção psicoeducativa com casais

Pesquisador: Adriana Wagner

Área Temática:

Versão: 3

CAAE: 43881515.6.0000.5334

Instituição Proponente: Instituto de Psicologia - UFRGS

Patrocinador Principal: CNPQ

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 1.171.899

Data da Relatoria: 03/08/2015

Apresentação do Projeto:

Este projeto dá continuidade à pesquisa intitulada "Mapeamento e Intervenção nas Relações Conjugais no RS: Questões de Gênero, Resolução de Conflitos e Violência". Nesta pesquisa, realizou-se um Mapeamento da conjugalidade no RS, a partir do qual foi desenvolvido um programa psicossocial de intervenção para casais intitulado: "Viver a Dois: Compartilhando esse desafio". Esta intervenção tem como objetivo, promover a qualidade conjugal e otimizar as estratégias de resolução dos conflitos inerentes a conjugalidade. Participarão da pesquisa 80 casais, subdivididos em 10 grupos, coordenados por um técnico em saúde.

Estes grupos deverão ser oriundos de diferentes contextos, de acordo com o nível socioeconômico e cultural, e a localização geográfica (capital do estado e interior).

Serão cadastrados profissionais e centros de saúde e assistência social, interessados em ampliar a intervenção em seu trabalho.

Os dados serão coletados, através de 6 Questionários com 333 questões, para serem respondidas individualmente pelos homens e mulheres.

Objetivo da Pesquisa:

Objetivo Geral: - Validar ecologicamente a Tecnologia Social "Viver a Dois: Compartilhando esse Desafio" em diferentes contextos;

Endereço: Rua Ramiro Barcelos, 2600

Bairro: Santa Cecília

CEP: 90.035-003

UF: RS

Município: PORTO ALEGRE

Telefone: (51)308-5898

Fax: (51)308-5898

E-mail: cep-psico@ufrgs.br

Continuação do Parecer: 1.171.899

- Testar a eficácia e a efetividade deste programa de intervenção;
- Capacitar profissionais da área da saúde e assistência social para o trabalho psico educativo com casais.

Objetivos Secundários:

- Adaptar esta tecnologia social para populações de diferentes contextos socioeconômicos e culturais;
- Qualificar o trabalho dos profissionais da área da saúde que lidam com as demandas conjugais de diversas ordens, na sua prática cotidiana;
- Replicar a Tecnologia Social: "Viver a Dois: Compartilhando esse desafio" em diferentes contextos;
- Testar a eficácia dessa tecnologia no que diz respeito ao seu impacto na satisfação conjugal, comunicação e estratégias de resolução dos conflitos conjugais.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Riscos: Os riscos de participar da intervenção psicossocial dizem respeito à possível mobilização de aspectos emocionais nos casais. A experiência demonstra que, em casais com grandes níveis de violência ou conflito, a participação pode provocar questões de difícil manejo pelo casal. Nessas circunstâncias, há um acompanhamento atento dos moderadores para situações delicadas e que ultrapassam o escopo da intervenção em grupo sejam encaminhadas para acompanhamentos individualizados, através, por exemplo, de terapia de casal.

Benefícios: Os benefícios potenciais deste projeto se estendem à diversas áreas, tais como: no trabalho de profissionais da saúde e assistência social, na qualidade conjugal da população, nas pesquisas sobre conjugalidade, no desenvolvimento de intervenções que deem conta de estresse agudo ou crônico, como em situações de infidelidade conjugal e de violência mútua entre parceiros.

Além disso, estudos demonstram que a participação em programas de educação conjugal tem o potencial de impactar na diminuição dos índices de divórcio, reverberando também em mais qualidade no cuidado dos pais com seus filhos.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

A vivência frequente de situações conflituosas e não solucionadas entre os pais, gera nos filhos sentimentos de tristeza e medo, estando relacionadas com sintomas internalizantes e de ajustamento. Além do efeito direto do conflito conjugal no bem estar psicológico dos filhos existem evidências de que os pais em conflito desempenham as tarefas com mais prejuízos, acarretando consequências para o desenvolvimento das crianças e adolescentes. Casais que

Endereço: Rua Ramiro Barcelos, 2600
Bairro: Santa Cecília CEP: 90.035-003
UF: RS Município: PORTO ALEGRE
Telefone: (51)308-5698 Fax: (51)308-5698 E-mail: cep-psico@ufrgs.br

Continuação do Parecer: 1.171.899

empregam estratégias positivas de resolução de conflitos, apresentam maiores índices de satisfação conjugal e menores índices de depressão. Ao mesmo tempo, seus filhos aprendem que os desentendimentos podem ser resolvidos de maneira saudável, sem gerar impactos na estabilidade da emocional da família.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

- O TCLE está completo e claro, porque agora se refere aos Riscos, se houver.
- Foram anexados os Modelos dos Termos de Concordância dos locais que irão liberar os profissionais para participar da pesquisa.

Recomendações:

Não há recomendações a fazer, porque todas as solicitações foram atendidas.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Concluimos que a preocupação com os impactos do conflito conjugal na estabilidade e na saúde familiar, especialmente dos filhos, não é recente. Desde a década de 90 e mais intensamente nos anos 2000, os Estados Unidos têm destinado recursos governamentais para o desenvolvimento e avaliação de programas que favoreçam a estabilidade familiar, de modo que as crianças possam crescer em lares com casamentos estáveis e amorosos. Estudos revelam que tais intenções resultam em efeitos positivos nos níveis de qualidade conjugal e nas habilidades de comunicação.

- Também será alvo desse trabalho a formação de pesquisadores e profissionais.

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

Considerações Finais a critério do CEP:

PORTO ALEGRE, 05 de Agosto de 2015

Assinado por:
Clarissa Marcell Trentini
(Coordenador)

Endereço: Rua Ramiro Barcelos, 2600
Bairro: Santa Cecília CEP: 90.035-003
UF: RS Município: PORTO ALEGRE
Telefone: (51)308-5898 Fax: (51)308-5898 E-mail: cep-psico@ufrgs.br

INSTITUTO DE PSICOLOGIA -
UFRGS



Continuação do Parecer: 1.171.899

Endereço: Rua Ramiro Barcelos, 2600
Bairro: Santa Cecília CEP: 90.035-003
UF: RS Município: PORTO ALEGRE
Telefone: (513)308-5698 Fax: (513)308-5698 E-mail: cep-psico@ufrgs.br

Página 04 de 04

Propostas Alternativas do Programa Viver a Dois

Temos aplicado o Programa “Viver a dois: Compartilhando este desafio” em diversos grupos de casais e esta experiência tem nos ajudado a pensar em atividades alternativas para algumas oficinas. Estas alternativas são opções disponíveis aos moderadores, que podem escolher entre manter a proposta original ou utilizá-las. Apresentamos aqui sugestões de adequação para a Oficina 2 e 3.

Oficina 2

Em alguns grupos, determinados casais relataram um desconforto na Atividade II – Nossos conflitos de cada dia (p. 33), na qual se realiza uma listagem dos motivos de conflitos de todo o grupo. Isso ocorreu especialmente em grupos pequenos, pois algumas pessoas sentiram a sua intimidade exposta. Além disso, esta atividade se realizava de forma bastante rápida, tornando o tempo da oficina mais curto em comparação com as demais. O fato de concretizar o motivo dos conflitos também estimulava muitos casais a solicitarem orientações sobre como encaminhá-los, aspecto previsto para ser trabalhado a partir da terceira oficina. Outros participantes também relataram desconforto em voltar para casa com os balões cheios, pois tinham a impressão de que estavam levando consigo uma materialização dos seus problemas. Em decorrência destas avaliações, sugerimos as seguintes alternativas à proposta original da oficina:

- Extinção da Atividade II – Nossos conflitos de cada dia (p. 33), e a sua substituição pela Atividade I da Oficina 3 – Quando brigamos (p. 36). Desta forma, aspectos relacionados à comunicação e à resolução de conflitos começam a ser discutidos já na segunda oficina, otimizando o tempo desta e fornecendo subsídios mais concretos aos casais para o enfrentamento dos seus conflitos do dia a dia.
- Na Despedida e fechamento (p. 34), sugere-se que os casais estourem os balões utilizados na Atividade I. O ato de estourar o balão deve ser significado aos casais como a necessidade de liberar a intensidade das emoções depositadas nos conflitos para poderem encaminhá-los de maneira menos desgastante para o relacionamento.

Oficina 3

Considerando que a Atividade I da Oficina 3 – Quando brigamos (p. 36) seja realizada na Oficina 2, sugere-se que a Atividade II – Identificação das estratégias utilizadas pelo casal (p. 37), seja desmembrada em duas partes:

- Na primeira parte, recomenda-se dar mais tempo para que os casais explorem como veem os seus parceiros(as) a partir dos bonecos (p. 38). Para tanto, propõe-se que, após a caracterização dos bonecos, cada participante explique ao grupo por que caracterizou os(as) parceiros(as) da forma como o fizeram.
- Na sequência, procede-se como previsto no Manual (pp. 38 a 42). Porém, ao finalizar a atividade, recomenda-se oferecer um espaço para que cada casal possa conversar entre si sobre as estratégias que mais utilizam em seu relacionamento, conforme assinalaram no boneco.
- Na Despedida e fechamento (p. 42) acrescentamos a possibilidade de os moderadores prescreverem uma tarefa de casa, com o objetivo de promover a continuidade do diálogo entre os membros do casal sobre as suas estratégias de resolução de conflitos. Para esta tarefa de casa, sugerimos que seja fornecido aos participantes o Cartão: Nós e nossos conflitos (Anexo XVI), disponível para download no site do Programa Viver a Dois. Este Anexo corresponde ao cartão abaixo:

Escolham um momento e um lugar em que tenham tempo e privacidade para conversar sobre:

- Vocês se sentem satisfeitos com a maneira com a qual estão manejando os seus conflitos?
- Quais são as consequências da forma como vocês resolvem os seus problemas?
- Vocês gostariam de mudar algo? O que? Como?

 **VIVER A DOIS**
compartilhando este desafio

Anexo Z – Documento suplementar 1

Tabela 1

Comparação entre homens e mulheres nos três tempos

| | | Homens (n = 68) | Mulheres (n = 68) | t de Student(df) | Tamanho de efeito d de Cohen |
|--------------------------|-----------|--------------------|----------------------|------------------|------------------------------------|
| | | M (DP) | M (DP) | | |
| Qualidade conjugal | Pré-teste | 32,33 (9,39) | 32,15 (11,22) | 0,96(127) | 0,11 |
| | Pós-teste | 28,32 (7,70) | 28,58 (10,43) | -0,133(73,61) | 0,03 |
| | Follow-up | 28,65 (10,22) | 28,79 (11,40) | -0,056(66) | 0,01 |
| Frequência do conflito | Pré-teste | 2,20 (0,62) | 2,27 (0,65) | -0,684(128) | 0,11 |
| | Pós-teste | 2,05 (0,64) | 1,91 (0,53) | 1,086(80) | 0,24 |
| | Follow-up | 2,01 (0,68) | 1,92 (0,67) | 0,529(66) | 0,13 |
| Intensidade do conflito | Pré-teste | 2,18 (0,57) | 2,33 (0,65) | -1,344(128) | 0,25 |
| | Pós-teste | 1,76 (0,48) | 1,85 (0,61) | -0,742(80) | 0,16 |
| | Follow-up | 1,81 (0,47) | 1,89 (0,57) | -0,620(66) | 0,15 |
| Resolução dos conflitos | | | | | |
| Resolução Positiva | Pré-teste | 3,26 (0,65) | 3,37 (0,70) | -0,944(127) | 0,16 |
| | Pós-teste | 3,63 (0,68) | 3,70 (0,56) | -0,498(80) | 0,11 |
| | Follow-up | 3,67 (0,77) | 3,71 (0,65) | -0,259(65) | 0,06 |
| Envolvimento no conflito | Pré-teste | 2,28 (0,72) | 2,58 (0,79) | -2,176(127)* | 0,40 |
| | Pós-teste | 1,77 (0,59) | 1,77 (0,62) | -0,037(80) | 0,00 |
| | Follow-up | 1,92 (0,60) | 1,94 (0,69) | -0,164(65) | 0,03 |
| Afastamento | Pré-teste | 2,85 (0,74) | 2,68 (0,84) | 1,202(127) | 0,22 |
| | Pós-teste | 2,15 (0,73) | 2,15 (0,73) | 0,000(80) | 0,00 |
| | Follow-up | 2,45 (0,88) | 2,26 (0,76) | 0,950(65) | 0,23 |
| Submissão | Pré-teste | 2,41 (0,72) | 2,22 (0,78) | 1,481(127) | 0,25 |
| | Pós-teste | 2,20 (0,74) | 1,94 (0,69) | 1,592(80) | 0,36 |
| | Follow-up | 2,16 (0,80) | 2,14 (0,62) | 0,139(65) | 0,03 |

* $p < 0,05$, ** $p < 0,01$