

“Conecte-se”: avaliação de um programa educacional para casais

(“Get connected”: evaluation of an education program for couples)

Antoniela Yara Marques da Silva-Dias^{*,1}, Alessandra Cristina dos Santos^{**} e Lidia Natalia Dobrianskyj Weber^{***}

^{*}Pontifícia Universidade Católica do Paraná (PUCPR)

^{**}Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC)

^{***}Universidade Federal do Paraná (UFPR)

(Brasil)

RESUMO

As relações amorosas permeiam todo o ciclo de desenvolvimento do indivíduo, podendo impactar áreas como saúde física e emocional, a parentalidade e o bem-estar. Intervenções que visem prevenir efeitos deletérios por meio do fortalecimento da relação do casal são, portanto, bem-vindas. Programas educacionais para casais com este objetivo são descritos, testados e divulgados no exterior. No Brasil, entretanto, iniciativas como essas são escassas. Assim, o objetivo deste estudo foi avaliar um programa educacional para casais denominado “Conecte-se”, o qual teve como principal variável o comportamento de intimidade, aqui considerado como um comportamento vulnerável à punição interpessoal, conforme proposto por Cordova e Scott (2001). Este estudo adotou o método pré-experimental com delineamento de grupo pré-teste e pós-teste. Os instrumentos utilizados foram: a Escala de Ajustamento Diádico, a Escala de Satisfação Conjugal, a Escala de Dimensões da Intimidade, o The Intimate Safety Questionnaire e, elaborado para este estudo, um questionário sociodemográfico e um questionário de medidas indiretas contínuas. Os resultados mostraram que o programa produziu aumento na satisfação diádica, bem como as médias das variáveis intimidade, satisfação e compromisso aumentaram após o encontro de intimidade. Conclui-se que implementar programas educacionais para casais tem um potencial de melhorar a interação do casal.

1 Endereço para correspondência: Antonie-la Yara Marques da Silva-Dias. Pontifícia Universidade Católica do Paraná (PUCPR). Rua Imaculada Conceição, 1155 - Prado Velho, Curitiba - PR, 80215-901, Brasil. E-mail: aymsds@yahoo.com.br

Palavras-chave: casais, programa educacional para casais, intimidade conjugal, satisfação conjugal, comunicação conjugal, qualidade de vida conjugal, intervenção, avaliação

ABSTRACT

Romantic relationships permeate the entire individual development cycle, impacting areas such as physical and emotional health, parenthood, and well-being. Among the aspects considered important for the quality of couple interaction is intimacy, considered a predictor of various positive aspects of interaction. Interventions aimed at preventing detrimental effects through strengthening the couple's relationship are, therefore, welcome. Educational programs for couples with this objective are described, tested, and disseminated worldwide; however, initiatives that prioritize intimacy are difficult to find. In the Brazilian context, educational programs for couples of any kind are even scarcer. Thus, the objective of this study was to evaluate an educational program for couples focusing on intimacy, called "Get connected," which focused on intimacy behavior, considered as a behavior vulnerable to interpersonal punishment as proposed by Cordova and Scott (2001). The program consisted of eight workshops with various themes related to the couple's experiences. This study adopted a pre-experimental method with pre-test and post-test group design. The instruments used were: the Dyadic Adjustment Scale, the Marital Satisfaction Scale, the Dimensions of Intimacy Scale, the Intimate Safety Questionnaire, and, developed for this study, a sociodemographic questionnaire and a continuous indirect measurement questionnaire. Data analysis for evaluating the intervention's effect and the scores provided by partners before and after the intimacy meeting was performed using the following statistics: paired Student's t-test and the non-parametric Wilcoxon test. Eight couples participated in the research, with an average age of 32 years, mostly married. The results showed that the program produced an increase in dyadic satisfaction, and the averages of intimacy, satisfaction, and commitment variables increased after the intimacy meeting. The importance of considering the role of moderators in altering the intervention's effect, the distinction between proximal and distal outcomes, including follow-up measures, and finally, the effect of direct contact with the consequences of one's behavior on the learning process, is discussed. It is concluded that implementing educational programs for couples has the potential to improve couple interaction.

Keywords: couples, educational program for couples, marital intimacy, marital satisfaction, marital communication, marital quality of life, intervention, evaluation

Relações amorosas permeiam o ciclo do desenvolvimento do indivíduo ao longo da vida: relações com a família original e estendida, relações de amizade e relações amorosas na idade adulta. A interação do casal, por conta disso, pode impactar diferentes áreas da vida, como a saúde física (Donoho et al., 2015; Lee et al., 2019; Liu et al., 2016; Torvik et al., 2015), saúde mental (Alipour et al., 2020; Azimian et al., 2017; Recksiedler & Stawski, 2019), a parentalidade (Lavner et al.,

2019; Sterrett-Hong et al., 2018) e o bem-estar (Carr et al., 2014; Basharpour & Sheykholeslami, 2015).

Tendo em vista o desafio em desenvolver um relacionamento duradouro (Halford et al., 2003) intervenções que visem a prevenir problemas na relação do casal são bem-vindas. No contexto norte-americano, programas preventivos para casais são amplamente divulgados, descritos e avaliados (Bodenmann & Shantinath, 2004; Doss et al., 2020; Jakubowski et al., 2004; Markman et al., 2022). O Prevention Relationship Enhancement Program (PREP), o Compassionate and Accepting Relationship Through Empathy (CARE) e o Couples Coping Enhancement Training (CCET) são alguns dos programas que apresentam evidência de eficácia (Halford & Bodenmann, 2013).

De modo geral, programas educacionais e/ou preventivos para casais escolhem um público-alvo, por exemplo, casais homoafetivos, casais de baixa renda (Buzzela et al., 2012; Doss et al., 2020), com o objetivo de ajudar a manter a saúde, a satisfação e estabilidade do relacionamento (Halford & Bodenmann, 2013; Halford et al., 2003). Para atingir este objetivo, são oferecidas estratégias de aumento da consciência, fornecimento de feedback e treinamento de habilidades, tais como comunicação e solução de problemas (Halford et al., 2003; Halford & Bodenmann, 2013). Via de regra, o formato do programa é de oficinas em grupo, com quatro a oito encontros, com duração de duas a três horas cada, totalizando, em torno de 12 a 18 horas (Halford et al., 2003).

No Brasil há diversos programas educacionais e/ou preventivos para diferentes populações, tais como programas para prevenção de habilidades sociais com crianças (Löhr et al., 2007; Pavarino et al., 2005), programas educacionais para promoção de saúde bucal com crianças (Aquilante et al., 2003), desenvolvimento de pais (Garcia-Serpa et al., 2006; Weber et al., 2018) e promoção de habilidades sociais em pais com intuito de prevenir problemas de comportamento (Bolsoni-Silva et al., 2008). Ações preventivas para casais são, entretanto, escassas, inclusive no que tange à avaliação dessas ações, considerando que esta é uma prática incipiente no Brasil (Durgante & Dell’Aglia, 2018). A única intervenção para casais no contexto brasileiro, publicada recentemente, se refere ao programa “Viver a dois”, pioneiro no campo. Esse programa fundamenta-se na promoção da qualidade do relacionamento do casal e no manejo de conflitos (Neumann et al., 2018).

Além da carência de programas educacionais para casais, intervenções dessa ordem e que priorizem a intimidade são ainda mais difíceis de serem encontradas, inclusive no contexto norte-americano. Contudo, a intimidade é considerada um elemento preditor de vários aspectos positivos da interação do casal, entre os quais encontra-se a estabilidade do relacionamento (Cordova & Scott, 2001). Um modelo recente mostra a intimidade como uma troca diádica em que a Pessoa A se envolve em uma autorrevelação vulnerável, a Pessoa B emite uma resposta e a Pessoa A percebe a resposta como responsiva. Este modelo explicita os comportamentos desejáveis para uma interação íntima, a saber, expressão emocional não-verbal e segurança, autorrevelação verbal e validação, pedir e dar (Kanter et al. 2020).

Pesquisas que se voltam para aspectos da intimidade mostram que essa variável perdeu apenas para a comunicação no que se refere ao motivo de procura por ajuda

para o relacionamento (Roddy et al, 2019) e que intervenções neste âmbito podem favorecer proximidade do casal (Tsai et al., 2020), melhorar aspectos da interação como qualidade e satisfação, assim como áreas individuais, por exemplo, saúde física e mental e aspectos laborais (Doss et al., 2016). Assim, ao propor pesquisas futuras, estudiosos da área sugerem que intervenções que visem a manutenção da satisfação conjugal incluam aspectos da segurança íntima (Hawrilenko et al., 2016).

Diante de um cenário em que se evidencia a carência de estudos na temática, especialmente no Brasil, planejar e avaliar intervenções com foco na intimidade apresenta um potencial científico e social. Sendo assim, o presente estudo teve por objetivo elaborar, descrever e avaliar um programa educacional para casais com foco no comportamento de intimidade no contexto brasileiro.

MÉTODOS

Delineamento metodológico

Este estudo adotou o método pré-experimental com delineamento de grupo pré-teste e pós-teste, uma vez que um estudo quasi-experimental deveria envolver um grupo controle não equivalente (Cozby, 2011). No presente estudo, pretendeu-se identificar possíveis efeitos da intervenção sobre medidas indiretas, no caso, ajustamento diádico, satisfação conjugal, compromisso e intimidade.

Intervenção

A intervenção teve como foco vivências que sensibilizassem os parceiros para a qualidade da interação do casal, criando condições para que os parceiros pudessem entrar em contato com as variáveis específicas de cada encontro, a saber, valores do casal (Encontro 1), padrões de interação (Encontro 2), comunicação (Encontro 3), solução de problemas (Encontro 4), intimidade (Encontro 5), cultivando a relação (Encontro 6), família de origem (Encontro 7) e autoconhecimento (Encontro 8) de modo a promover intimidade entre o casal. Os objetivos de cada encontro foram: 1) identificar a concepção de cada participante acerca da paixão e do amor, bem como identificar o motivo pelo qual investem em uma relação amorosa (valor do relacionamento); 2) compreender os padrões de interação de cada díade, emoções atreladas e possíveis consequências para a interação; 3) ensinar maneiras de se comunicarem; 4) ensinar os casais a manejar situações de conflito; 5) promover intimidade entre os integrantes do grupo; 6) auxiliar os casais a identificarem aspectos positivos do relacionamento, bem como criar condições para pedidos de perdão; 7) identificar fatores históricos relevantes para os padrões atuais do relacionamento do casal; 8) promover autoconhecimento a respeito de si e do outro.

Participantes

A intervenção original contou com dois grupos diferentes, entretanto, neste artigo serão descritos os resultados obtidos com o Grupo A (Curitiba). Os participantes preencheram os seguintes requisitos: a) disponibilidade para comparecer ambos os parceiros aos encontros programados; b) disponibilidade para participação no horário e local indicado pela facilitadora. Devido à dificuldade em acessar os participantes, todos os que se inscreveram e preencheram os requisitos acima foram selecionados. Foram excluídos casais em que apenas um dos parceiros poderia participar dos encontros. Participaram dos encontros oito mulheres e oito homens atendidos em grupo, totalizando 16 participantes. A média de idade foi 32, com idade mínima de 22 e máxima de 48. O grupo foi formado por doze participantes em relacionamento estável e quatro participantes solteiros. Apenas um casal estava namorando enquanto os demais estavam casados ou moravam juntos.

A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Setor de Ciências da Saúde da UFPR sob o protocolo CAAE 20193819.1.0000.0102, e antes de dar início à intervenção, os participantes leram e assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Instrumentos

Questionário sociodemográfico

O questionário sociodemográfico compreendeu três perguntas que objetivaram caracterizar a população estudada, a saber, o estado civil, as etapas do relacionamento e a religião.

Escala de Ajustamento Diádico (EAD – Spanier, 1976)

A EAD, elaborada por Spanier (1976), é utilizada para avaliar o ajustamento do casal, bem como a satisfação conjugal. Tal escala foi validada para a população portuguesa por Gomez e Leal (2008) por meio de análise fatorial confirmatória e tem características psicométricas (alfa de Cronbach) equivalentes à original (Gomez & Leal, 2008).

A escala é composta por 32 perguntas em escala *Likert* e perguntas dicotômicas de “sim” e “não”, divididas em quatro subescalas: 1) consenso – composta de 13 itens, totalizando no máximo 65 pontos; 2) satisfação – composta de 10 itens, totalizando no máximo 50 pontos; 3) coesão – composta de cinco itens, totalizando no máximo 24 pontos e; 4) expressão de afeto – composta de quatro itens, totalizando no máximo 12 pontos. Além das subescalas, também pode-se analisar o escore total, referente à soma de todas as dimensões da escala, podendo variar de 0 a 151 – sendo considerado desajustado o participante que tiver escores com 101 pontos ou menos e ajustado o participante que tiver 102 pontos ou mais. Índices iguais ou menores que 101 pontos indicam desajuste (Spanier, 1976, citado por Hernandez & Hutz, 2009).

No caso da população brasileira os alfas de Cronbach obtidos por Hernandez (2008) foram: 0,93, 0,86, 0,76 e, 0,62, para a EAD total, consenso, satisfação e expressão de afeto respectivamente – indicando suporte à versão brasileira.

Escala de Dimensões da Intimidade (EDI – Crespo, Narciso, Ribeiro & Costa, 2006)

A Escala EDI (alfa de Cronbach 0.87), validada para a população portuguesa por meio de análise fatorial (Crespo, Narciso, Ribeiro & Costa, 2006) foi acessada pelo estudo de Silva (2016). Esta é composta por 43 itens contendo dois fatores: 1) interdependência e 2) dependência. O primeiro fator abarca aspectos positivos da relação íntima, enquanto o segundo fator está relacionado à dificuldade em construir uma relação íntima com o parceiro.

Os itens dos instrumentos estão dispostos em uma escala *Likert* que varia de “discordo totalmente” (1), “discordo” (2), “neutro” (3), “concordo” (4) e “concordo totalmente” (5). Quanto mais altos forem os índices de interdependência, maior será o equilíbrio entre a vivência individual e conjugal quanto aos sentimentos, autorrevelação, apoio emocional, confiança, reciprocidade e sexualidade. Em contrapartida, quanto maiores forem os índices de dependência, maior a vulnerabilidade individual e conjugal e mais baixa a diferenciação (Silva, 2016).

Escala de Satisfação Conjugal (ESC – Dela Coleta, 1989)

A escala ESC, adaptada para a população brasileira e validada por meio de análises fatoriais (Dela Coleta, 1989), é um instrumento de autorrelato e contém 24 itens em escala *Likert* de três pontos, composta por três subescalas: 1) satisfação com a interação conjugal – composta por dez itens; 2) satisfação com aspectos emocionais do cônjuge – composta por cinco itens; 3) satisfação com a organização e o estabelecimento de regras pelo parceiro (aspectos estruturais) – composta por nove itens. Além disso, pode ser avaliado também o escore total da escala.

Nessa escala, quanto maior o escore, maior o nível de insatisfação com a relação. Entretanto, para o presente estudo, a ordem dos escores foi invertida, assim, quanto maior a pontuação do participante, maior a satisfação.

O Alpha de Cronbach na adaptação para a população brasileira foi de 0,86 para a interação conjugal; 0,81 para os aspectos emocionais e 0,79 para os aspectos estruturais e 0,91 para a escala total. O teste das duas metades resultou 0,81 para os aspectos estruturais; 0,75 para os aspectos emocionais; 0,89 para a interação conjugal e 0,89 para a escala total (Dela Coleta, 1989).

The Intimate Safety Questionnaire (ISQ – Cordova et al., 2010)

O ISQ preconiza a intimidade como um processo em desenvolvimento e para este estudo foi utilizada a versão traduzida e adaptada de acordo com os parâmetros indicados por Pocinho (2012). O alfa de Cronbach do ISQ em sua versão original foi de 0,91.

A escala consiste em 28 itens que medem o grau de segurança com que um parceiro se sente confortável em mostrar-se/ser vulnerável para o outro. O ISQ também é composto por cinco subescalas: segurança emocional, segurança sexual,

segurança em discordar, segurança em ser você mesmo e segurança em público (Cordova et al., 2010). No caso do presente estudo, não foi possível encontrar os itens que compõem cada uma das escalas, por isso, a pesquisadora decidiu por analisar o escore total, invertendo os itens que continham frases negativas.

Medidas indiretas contínuas

O questionário de medidas indiretas contínuas foi elaborado para o presente estudo e aplicado em todos os encontros. Ele é formado por três itens em escala Likert de cinco pontos que mediam o compromisso, a satisfação e a intimidade em relação ao parceiro durante o encontro, bem como durante a semana. No questionário também haviam perguntas abertas, no entanto, tais itens abertos não entraram na análise de dados do presente artigo. Vale ressaltar que não houve anonimato nas respostas, uma vez que os participantes deveriam se identificar em cada uma das medidas coletadas.

Procedimentos

Coleta de dados

Antes do início das atividades do primeiro encontro e ao final das atividades do último encontro os participantes preencheram todos os instrumentos listados acima seguindo a sequência mencionada. O questionário de medidas indiretas contínuas, entretanto, foi respondido imediatamente após cada encontro. Todos os instrumentos foram preenchidos individualmente face a face, porém com identificação de cada participante, a fim de que a análise individual e por casal pudesse ser realizada.

Intervenção

Os encontros do Grupo A foram realizados em Curitiba-PR, em uma sala da UFPR, campus Rebouças. A intervenção consistiu em oito encontros semanais com duração de duas horas cada. O ambiente esteve livre da interferência de terceiros, a fim de que as informações fossem mantidas em sigilo. A facilitadora do grupo foi também a pesquisadora, a qual possui formação analítico-comportamental e experiência profissional sobre a temática de relacionamento amoroso. A pesquisa também contou com uma psicóloga colaboradora, que ajudou nas atividades durante a intervenção, bem como na tabulação e análise dos dados da pesquisa.

A variável de maior interesse deste estudo foi a intimidade, a qual refere-se a um operante com histórico de punição, isto é, vulnerável à punição interpessoal e que, quando emitido em uma interação é, na maior parte das vezes, reforçado (Cordova & Scott, 2001). Além da variável “intimidade”, as variáveis “satisfação” e “compromisso”, também foram consideradas variáveis de interesse.

O objetivo da intervenção foi criar condições para que os parceiros se sensibilizassem para o relacionamento, de maneira que isso pudesse repercutir no compromisso, na satisfação e na intimidade do casal.

Análise de dados

Os dados quantitativos foram sistematizados pelo Excel e pelo software R versão 4.0.3 (R Core Team, 2019; R Core Team, 2020). Na sequência serão indicadas as estatísticas utilizadas para cada uma das seções de resultados.

Avaliar o efeito da intervenção (pré-teste e pós-teste)

Com o objetivo de avaliar o efeito da intervenção (pré e pós-testes) foi utilizado o teste t pareado e o teste não paramétrico de Wilcoxon. O teste t de Student pareado (por casal) é utilizado para testar a hipótese de diferença em média para cada uma das variáveis de interesse versus o momento do teste (pré e pós) (Bussab & Morettin, 2010). Quando a hipótese de normalidade em cada um dos grupos não foi atendida, utilizou-se o teste bivariado pareado (por casal) de Wilcoxon, que é um teste não paramétrico, e avalia se existe diferença entre os postos de ambos grupos (Siegel, 1975).

Notas dadas pelos parceiros pré e pós quinto encontro (intimidade) para cada variável de interesse (Encontro_Compromisso, Encontro_Intimidade, Encontro_Satisfação, Semana_Compromisso, Semana_Intimidade e Semana_Satisfação)

Essa análise foi realizada a partir dos dados coletados do questionário de medidas indiretas contínuas no decorrer dos oito encontros, a fim de testar o efeito pré e pós o encontro de intimidade. Primeiramente foi necessário calcular a média de cada variável e participante nos encontros 1, 2, 3, e 4 (pré) contra os encontros 5, 6, 7 e 8 (pós) (nos dias em que o participante não compareceu, a nota dele foi desconsiderada, utilizando apenas as notas em que ele compareceu). Após isso, utilizou-se o gráfico boxplot para melhor explorar as características dos dados e, assim, prover indícios se existia diferença do momento depois em relação ao antes.

Por fim, foi utilizado o teste t de Student pareado (por indivíduo) para testar a hipótese de diferença em média para cada uma das variáveis de interesse (Encontro_Satisfação, Encontro_Compromisso, Semana_Satisfação, Semana_Compromisso, Semana_Intimidade, Encontro_Intimidade) versus momento (antes ou depois) (Bussab & Morettin, 2010). Quando a hipótese de normalidade em cada um dos grupos não foi atendida, utilizou-se o teste bivariado pareado (por indivíduo) de Wilcoxon, que é um teste não paramétrico, e avalia se existe diferença entre os postos de ambos grupos (Siegel, 1975).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Resultados obtidos a partir dos escores das escalas e do questionário

A Tabela 1 mostra os seguintes dados para cada uma das subescalas das escalas acima mencionadas: valor de p , o teste utilizado, o mínimo e máximo, a média, a mediana e o desvio padrão.

Tabela 1. Valor-p para o teste de diferenças de médias (t de Student) ou postos (Wilcoxon) pareado para as subescalas da Escala de Ajustamento Diádico (EAD), da Escala de Dimensões da Intimidade (EDI), Escala de Satisfação Conjugal (ESC), do The Intimate Safety Questionnaire e do Questionário de Compromisso, seguido de medidas descritivas em relação ao pré-teste e pós-teste

Variáveis	valor-p	Teste	PRÉ						PÓS					
			Mín	M	Med	Sd	Máx	Mín	M	Med	Sd	Máx		
EAD Escore Total (n=14)	0,1134	t de Student	82,0	101,7	103,5	10,8	123,0	91,0	105,3	102,5	7,7	121,0		
EAD Satisfação (n=15)	0,0024*	t de Student	26,0	35,6	36,0	6,1	45,0	31,0	39,1	38,0	4,4	45,0		
EAD Consenso (n=14)	0,4766	t de Student	37,0	48,3	49,0	5,7	57,0	41,0	49,0	47,5	5,4	60,0		
EAD Coesão (n=16)	0,1145	t de Student	7,0	10,8	10,5	3,2	16,0	3,0	9,9	10,0	4,1	16,0		
EAD Exp Afeto (n=16)	0,4602	t de Student	1,0	6,9	8,0	2,5	10,0	2,0	7,4	8,0	2,1	10,0		
EDI Dependência (n=16)	0,2877	t de Student	21,0	33,3	32,0	6,9	46,0	25,0	34,4	31,5	6,8	47,0		
EDI Interdependência (n=16)	0,4687	Wilcoxon	97,0	122,4	124,5	14,7	140,0	102,0	123,7	126,0	12,4	140,0		
ESC Aspectos Emocionais (n=14)	0,4401	Wilcoxon	5,0	10,1	10,0	2,4	15,0	9,0	10,6	10,0	1,7	15,0		
ESC Aspectos Estruturais (n=14)	0,4662	t de Student	13,0	19,6	20,0	4,3	27,0	14,0	19,1	18,5	3,5	25,0		
ESC Interação Conjugal (n=14)	0,6125	t de Student	12,0	23,1	23,0	5,1	30,0	19,0	23,8	24,0	3,0	28,0		
ISO Escore Total (n=11)	0,7005	t de Student	48	82,5	85,0	17,3	104	52	81,5	87,0	15,3	101,0		
Compromisso Parceiro (n=16)	10,000	Wilcoxon	3	4,5	5,0	0,7	5	3	4,5	5,0	0,6	5,0		
Compromisso Relacionamento n=16)	10,000	Wilcoxon	3	4,4	5,0	0,8	5	3	4,4	4,5	0,6	5,0		

Nota. Escala de Ajustamento Diádico (EAD), Escala de Dimensões da Intimidade (EDI), Escala de Satisfação Conjugal (ESC), The Intimate Safety Questionnaire (ISO). * $p < 0,05$. n = tamanho amostral. mín = mínimo. m = média. med = mediana. sd = desvio padrão. máx = máximo. Teste de Wilcoxon aplicado quando as exigências de normalidade em cada grupo do teste t de Student pareado não foram atendidas.

Ao comparar o efeito da intervenção do pré-teste para o pós-teste, foi possível observar que a única dimensão que apresentou diferença estatisticamente significativa foi a dimensão de satisfação diádica ($M=36,0$ no pré-teste e $M=38,0$ no pós-teste, $p<0,05$). É possível afirmar que o programa produziu diferença estatisticamente significativa na satisfação diádica, isto é, aumentou a média da satisfação do pós-teste quando comparado ao pré-teste. O aumento da média do escore de satisfação diádica, imediatamente após o fim da intervenção, é compatível com os resultados dos estudos da área (Doss et al., 2016; Halford et al., 2017; Trillingsgaard et al., 2016).

A ausência de diferença estatisticamente significativa na principal variável de interesse do estudo, a saber, intimidade, é compatível com o estudo de Trillingsgaard et al. (2016), no qual foi utilizado o mesmo instrumento de medida do presente estudo. Os resultados mostraram que a intimidade não apresentou diferença estatisticamente significativa até o follow-up de um ano, apresentando efeito pequeno após a segunda intervenção do programa Marriage Checkup. Esse dado pode indicar que, para observar mudanças expressivas na variável intimidade, talvez deva ser considerado maior tempo de seguimento no estudo, ou talvez aumentar o número de encontros e estabelecer critérios mais definidos para a participação do programa, visando maior homogeneidade entre os casais, por exemplo, tempo de casamento/morar juntos com menor diferença do que a identificada no presente trabalho.

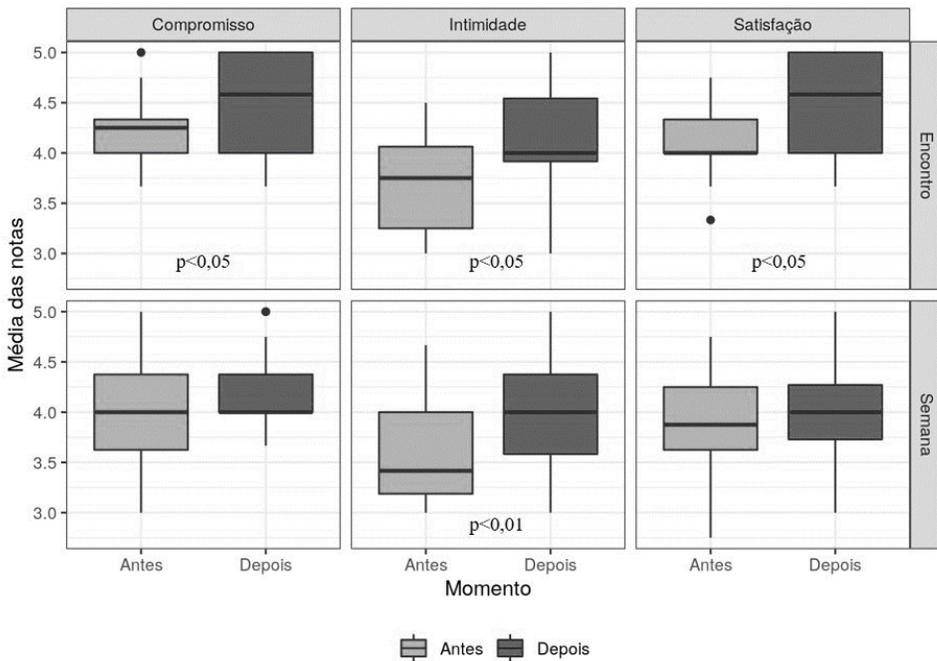
Wadsworth e Markman (2012) recomendam que estudos com avaliação de programas façam a distinção entre resultado proximal e resultado distal - aquele antecede a melhora deste. No presente estudo, entretanto, resultados distais, isto é, aqueles em que melhoras são identificadas a longo prazo (medidas de follow-up), foram os mais avaliados. Diferentemente, os resultados proximais, as quais apresentam mudanças imediatas, por exemplo em medidas de comunicação, foram menos mensurados. Ou seja, medidas de seguimento poderiam mostrar efeitos mais duradouros na variável de maior interesse do presente estudo (intimidade), uma vez que poderiam captar efeitos considerados distais.

Resultados obtidos a partir das medidas indiretas contínuas

Comparação das notas pré e pós o quinto encontro (intimidade) para cada variável de interesse

Nesta seção serão apresentadas as notas fornecidas pelos participantes pré-encontro cinco (intimidade) e pós-encontro cinco. Foi decidido realizar tal análise por considerar a variável intimidade como a principal variável de interesse neste estudo. A Figura 1 apresenta a comparação das médias das notas pré e pós quinto encontro (intimidade) para as variáveis satisfação, compromisso e intimidade avaliadas durante o encontro e durante a semana.

Figura 1. Médias e medianas das notas fornecidas pelos parceiros em relação ao compromisso com o parceiro(a)/relacionamento (no encontro e durante a semana), intimidade com o parceiro(a)/relacionamento (no encontro e durante a semana) e satisfação com o parceiro(a)/relacionamento (no encontro e durante a semana) pré e pós-quinto encontro



De maneira geral, percebe-se que as variáveis compromisso, satisfação e intimidade avaliadas no encontro tiveram uma distribuição com maior média/mediana de nota após o quinto encontro conforme Figura 1. O mesmo ocorreu com a variável intimidade avaliada na semana. No estudo de Roddy et al. (2020) foi possível verificar que o aumento na satisfação com o relacionamento durante a intervenção foi explicado por melhorias na comunicação negativa, intimidade emocional, bem como a confiança e gravidade do problema alvo (Roddy et al., 2020).

As variáveis compromisso, satisfação e intimidade avaliadas em relação aos encontros, bem como a variável intimidade avaliada em relação à semana mostraram diferença estatisticamente significativa ($p < 0,05$ para as três primeiras e $p < 0,01$ para a última) quando comparadas antes e depois do encontro de intimidade - dado que sugere um efeito positivo do tema intimidade. Tal efeito não é observado unicamente na esfera da intimidade, mas também nas de compromisso e de satisfação do casal, o que pode indicar que a temática da intimidade pode produzir melhora em outros âmbitos do relacionamento.

Estudos em que a intimidade é uma variável de interesse mostraram que intervenções breves como o Marriage Checkup podem produzir melhoras nessa medida (Trillingsgaard et al., 2016), bem como indicam a segurança íntima como um dos mediadores significativamente associados às mudanças na satisfação com o relacionamento. Esse estudo concluiu que preservar e promover a aceitação e segurança íntima pode ser a chave para evitar problemas no relacionamento (Hawrilenko et al., 2016). No que se refere ao presente estudo, é possível afirmar que as mudanças nas médias da satisfação, compromisso e intimidade se deram após o encontro que focou na temática da intimidade, ou seja, o valor- $p < 0,05$ sugere que as mudanças observadas podem ter ocorrido em virtude deste encontro.

Em relação ao valor estatisticamente significativo da variável intimidade avaliada durante a semana pode-se supor que, a partir do encontro dedicado à temática da intimidade, os participantes puderam discriminar melhor os comportamentos tidos como íntimos tanto de si mesmos como de seus parceiros. Skinner (1974/1982) afirma: “Uma pessoa que se ‘tornou consciente de si mesma’ por meio de perguntas que lhe foram feitas está em melhor posição de prever e controlar seu próprio comportamento”, ou seja, o autoconhecimento está atrelado à alteração comportamental. Assim, uma explicação plausível para tal dado é que interações íntimas passaram a ser mais prováveis de ocorrência e de reforçamento após os casais terem aprendido o que caracteriza um comportamento íntimo, como poderiam emití-lo e valorizá-lo.

Considerações finais

O objetivo deste estudo foi verificar o efeito de uma intervenção para casais sobre as seguintes variáveis: ajustamento diádico, satisfação conjugal, compromisso e intimidade. Os resultados pré-teste e pós-teste mostraram que o programa produziu aumento na satisfação diádica. Com relação aos resultados pré e pós-terceiro encontro, no geral as médias das variáveis de interesse, a saber, intimidade, satisfação e compromisso, apresentaram aumento estatisticamente significativo tanto na avaliação do encontro quanto da semana.

O presente estudo encontrou algumas limitações: a primeira refere-se ao fato de que não foi possível realizar grupo controle, o que impede a afirmação de que a melhora dos casais do estudo deu-se em função do programa. A segunda diz respeito às medidas utilizadas, as quais talvez não tenham sido suficientemente sensíveis às mudanças dos participantes. Mesmo com tais limitações, o estudo proporcionou algumas contribuições: primeiramente, dados de um estudo piloto em uma área ainda pouco explorada no contexto brasileiro. Além disso, a elaboração do instrumento de medidas contínuas para o presente estudo, assim como sua utilização – prática pouco observada em estudos da área – forneceu elementos para entender o processo dos participantes durante a intervenção.

Pesquisas futuras poderão esclarecer melhor se uma amostra randomizada e mais representativa alterariam os resultados obtidos e estudos com grupo controle poderiam explicar as variáveis de interesse com maior rigor. Posteriormente, estudos futuros poderiam verificar a associação entre as medidas de intimidade e

satisfação e o eventual papel mediador da satisfação, assim como a investigação de moderadores poderia elucidar possíveis variáveis que alteram a intervenção. Ademais a replicação deste estudo por diferentes facilitadores seria bem-vinda a fim de sustentar a sua efetividade, assim como medidas de seguimento poderiam verificar os efeitos a longo prazo.

REFERÊNCIAS

- Alipour, Z., Kazemi, A., Kheirabadi, G., & Eslami, A. A. (2020). Marital communication skills training to promote marital satisfaction and psychological health during pregnancy: a couple focused approach. *Reproductive Health, 17*(1), 1-8. <http://dx.doi.org/10.1186/s12978-020-0877-4>
- Aquilante, A.G., Almeida, B.S., Martins De Castro, R.F., Xavier, C.R.G., Sales Peres, S. H. C., & Bastos, J. R. M. (2003). A Importância da educação em saúde bucal para pré-escolares. *Revista Odontologia, 32*(1), 39-45. <https://www.revodontolunesp.com.br/article/588017a17f8c9d0a098b4815/pdf/rou-32-1-39.pdf>
- Azimian, J., Piran, P., Jahanihashemi, H., & Dehghankar, L. (2017). Investigation of marital satisfaction and its relationship with job stress and general health of nurses in Qazvin, Iran. *Electronic Physician, 9*(4), 4231-4237. <http://dx.doi.org/10.19082/4231>
- Barton, A. W., Beach, S., Lavner, J. A., Bryant, C. M., Kogan, S. M., & Brody, G. H. (2017). Is communication a mechanism of relationship education effects among rural african americans?. *Journal of Marriage and the Family, 79*(5), 1450-1461. <http://dx.doi.org/10.1111/jomf.12416>
- Basharpoor, S., & Sheykholeslami, A. (2015). The relation of marital adjustment and family functions with quality of life in women. *Europe's Journal of Psychology, 11*(3), 432-441. <http://dx.doi.org/10.5964/ejop.v11i3.859>
- Bodenmann, G., & Shantinath. S. D. (2004). The Couples Coping Enhancement Training (CCET): A new approach to prevention of marital distress based upon stress and coping. *Family Relations, 53*(5), 477-484. <https://doi.org/10.1111/j.0197-6664.2004.00056.x>
- Buehler, C., & Gerard, J. M. (2002). Marital conflict, ineffective parenting, and children's and adolescents' maladjustment. *Journal of Marriage and Family, 64*(1), 78-93. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1741-3737.2002.00078.x>
- Bussab, W. DE O., & Morettin, P. A. (2010). *Estatística básica*. São Paulo: Saraiva.
- Buzzela, B. A., Whitton, S. W., & Thompson, M. C. (2012). A preliminary evaluation of a relationship education program for male same-sex couples. *Couple and Family Psychology: Research and Practice, 1*(4), 306-322. <https://doi.org/10.1037/a0030380>
- Carr, D., Freedman, V. A., Cornman, J. C., & Schwarz, N. (2014). Happy marriage, happy life? Marital quality and subjective well-being in later life. *Journal of Marriage and the Family, 76*(5), 930-948. <http://dx.doi.org/10.1111/jomf.12133>

- Cordova, J. C., Blair, J., & Meade, A. E. (2010). The intimate safety questionnaire: Measuring the private experience of intimacy. Unpublished manuscript. Department of Psychology, Clark University, Worcester, MA.
- Cordova, J. V., & Scott, R. L. (2001). Intimacy: a behavioral interpretation. *The Behavior Analyst, 24*(1) 75-86. <http://dx.doi.org/10.1007/BF03392020>
- Cozby, P. C. (2011). *Métodos de pesquisa em ciências do comportamento*. (P. I. C. Gomide & E. Otta, Trad.) São Paulo: Atlas.
- Crespo, C., Narciso, I., Ribeiro, M., & Costa, M. (2006). Desenvolvimento da escala de dimensões da intimidade: primeiro estudo empírico. *Psychologica, 41*, 45-63. <https://hdl.handle.net/10216/96730>
- Dela Coleta, M.F. (1989). A medida da satisfação conjugal: adaptação de uma escala. *PSICO, 2*, 90-112.
- Delitti, M. (2008). Terapia analítico-comportamental em grupo. In: *Terapia Analítico-comportamental em Grupo*. Santo André: ESETEC.
- Donoho, C. J., Seeman, T. E., Sloan, R. P., & Crimmins, E. M. (2015). Marital status, marital quality, and heart rate variability in the MIDUS cohort. *Journal of family psychology, 29*(2), 290-295. <http://dx.doi.org/10.1037/fam0000068>
- Doss, B. D., Cicila, L. N., Georgia, E. J., Roddy, M. K., Nowlan, K. M., & Benson, L. A. (2016). A randomized controlled trial of the web-based OuRelationship Program: Effects on relationship and individual functioning. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 84*(4), 285-296. <http://dx.doi.org/10.1037/ccp0000063>
- Doss, B. D., Knopp, K., Roddy, M. K., Rothman, K., Hatch, S. G., & Rhoades, G. K. (2020). Online programs improve relationship functioning for distressed low-income couples: Results from a nationwide randomized controlled trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 88*(4), 283-294. <https://doi.org/10.1037/ccp0000479>
- Durgante, H. & Dell’Aglío, D. D. (2018). Critérios metodológicos para a avaliação de programas de intervenção em psicologia. *Avaliação Psicológica, 17*(1), 155-162. <https://dx.doi.org/10.15689/ap.2017.1701.15.13986>
- Fallahchai, R., Fallahi, M., & Badiee, M. (2020). Two-year follow-up of the efficacy of the prep training on Iranian newlyweds. *Journal of Marital and Family Therapy, 47*(1), 183-195. <https://doi.org/10.1111/jmft.12444>
- Garcia-Serpa, F. A., Del Prette, Z. A. P., & Del Prette, A. (2006). Meninos pré-escolares empáticos e não empáticos: Empatia e procedimentos educativos dos pais. *Revista Interamericana de Psicologia, 40*(1), 73-84. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28440108>
- Gardner, S. P., Bridges, J. G., Johnson, A., & Pace, H. (2016). Evaluation of the what’s reel: Myths & facts about marriage curriculum: Differential impacts of gender. *Marriage and Family Review, 52*(6), 579-597. <http://dx.doi.org/10.1080/01494929.2016.1157120>
- Gomez, R., & Leal, I. (2008). Ajustamento conjugal: Características psicométricas da versão portuguesa da Dyadic Adjustment Scale. *Análise Psicológica, 26*(4), 625-638. <http://dx.doi.org/10.14417/ap.522>

- Halford, W. K., & Bodenmann, G. (2013). Effects of relationship education on maintenance of couple relationship satisfaction. *Clinical Psychology Review, 33*, 512-525. <http://dx.doi.org/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. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1752-0606.2003.tb01214.x>
- Halford, W. K., Pepping, C. A., Hilpert, P., Bodenmann, G., Wilson, K., Busby, D., Larson, J., & 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. <http://dx.doi.org/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 years 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. <http://dx.doi.org/10.1037/ccp0000181>
- Hawkins, A. J., & Erickson, S. E. (2015). Is couple and relationship education effective for lower income participants? A meta-analytic study. *Journal of Family Psychology, 29*(1), 59-68. <http://dx.doi.org/10.1037/fam0000045>
- Hawrilenko, M., Gray, T. D., & Córdova, J. V. (2016). The heart of change: Acceptance and intimacy mediate treatment response in a brief couples intervention. *Journal of Family Psychology, 30*(1), 93-103. <http://dx.doi.org/10.1037/fam0000160>
- Hernandez, J. A. E. (2008). Avaliação estrutural da escala de ajustamento diádico. *Psicologia em Estudo, 13*(3), 593-601. <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-73722008000300021>
- Hernandez, J. A. E., & Hultz, C. S. (2009). Transição para a parentalidade: ajustamento conjugal e emocional. *PSICO, 40*(4), 414-421. <https://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/revistapsico/article/view/1490>
- Jakubowski, S. F., Milne, E. P., Brunner, H., & Miller, R. B. (2004). A review of empirically supported marital enrichment programs. *Family Relations, 53*, 528-536. <http://dx.doi.org/10.1111/j.0197-6664.2004.00062.x>
- Kanter, J. W., Kuczynski, A. M., Manbeck, K. E., Corey, M. D. & Wallace, E. C. (2020). An integrative contextual behavioral model of intimate relations. *Journal of Contextual Behavioral Science, 18*, 75-91. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2020.09.001>
- Kendall, M. (1975). *Rank correlation methods*. London: Charles Griffin.
- Lavner, J. A., Barton, A. W., & Beach, S. (2019). Improving couples' relationship functioning leads to improved coparenting: A randomized controlled trial with rural African American couples. *Behavior Therapy, 50*(6), 1016-1029. <http://dx.doi.org/10.1016/j.beth.2018.12.006>
- Lee, J. Y., Kim, J. S., Kim, S. S., Jeong, J. K., Yoon, S. J., Kim, S. J., & Lee, S. M. (2019). Relationship between health behaviors and marital adjustment and marital intimacy in multicultural family female immigrants. *Korean Journal of Family Medicine, 40*(1), 31-38. <http://dx.doi.org/10.4082/kjfm.17.0059>

- Liu, H., Waite, L., & Shen, S. (2016). Diabetes risk and disease management in later life: A national longitudinal study of the role of marital quality. *The Journal of gerontology, 71*(6), 1070-1080. <http://dx.doi.org/10.1093/geronb/gbw061>
- Löhr, S. S., Pereira, A. C., Andrade, A. L. M., & Kirchner, L. F. (2007). Avaliação de programas preventivos: Relato de experiência. *Psicologia em Estudo, 12*(3), 641-649. <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-73722007000300022>
- Mann, H. B. (1945). Nonparametric tests against trend. *Econometrica. Journal of the Econometric Society, 13*(3), 245-259. <http://dx.doi.org/10.2307/1907187>
- Markman, H. J, Hawkins A. J, Stanley S. M, Halford W. K. & Rhoades G. (2022). Helping couples achieve relationship success: A decade of progress in couple relationship education research and practice, 2010-2019. *Journal of Marital and Family Therapy, 48*(1), 251-282. doi: 10.1111/jmft.12565.
- Neff, L. A., & Karney, B. R. (2017). Acknowledging the elephant in the room: How stressful environmental contexts shape relationship dynamics. *Current Opinion in Psychology, 13*, 107-110. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2016.05.013>
- Neumann, A. P., Wagner, A., & Remor, E. (2018). Couple relationship education program “Living as Partners”: Evaluation of effects on marital quality and conflict. *Psicologia: Reflexão e Crítica, 31*(26), 1-13. <http://dx.doi.org/10.1186/s41155-018-0106-z>
- Olson, D., Sprenkle, D., & Russell, C. (1979). Circumplex model of marital and Family systems: I. Cohesion and adaptability dimensions, family types, and clinical applications. *Family Process, 18*, 3-15. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1545-5300.1979.00003.x>
- Pavarino, M. G., Del Prette, A., & Del Prette, Z. A. P. (2005). O desenvolvimento da empatia como prevenção da agressividade na infância. *PSICO, 36*(2), 127-134. <https://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/revistapsico/article/view/1382>
- Pick de Weiss, S., & Andrade Palos, P. (1988c). Relación entre el número de hijos, la satisfacción marital y la comunicación con el cónyuge. *Salud Mental, 11*, 15-18. http://www.revistasaludmental.mx/index.php/salud_mental/article/view/346/346
- Pocinho, M. (2012). *Metodologia de investigação e comunicação do conhecimento científico*. Lisboa: LIDEL.
- Rauer, A. J., Adler-Baeder, F., Lucier-Greer, M., Skuban, E., Ketring, S. A., & Smith, T. (2014). Exploring processes of change in couple relationship education: Predictors of change in relationship quality. *Journal of Family Psychology, 28*(1), 65-76. <http://dx.doi.org/10.1037/a0035502>
- R Core Team (2019). *R: A language and environment for statistical computing*. Vienna, Austria: R Foundation for Statistical Computing.
- R Core Team (2020). *R: A language and environment for statistical computing*. Vienna, Austria: R Foundation for Statistical Computing.
- Recksiedler, C., & Stawski, R. S. (2019). Marital transitions and depressive symptoms among older adults: examining educational differences. *Gerontology, 65*(4). <http://dx.doi.org/10.1159/000493681>

- Roddy, M. K., Rothman, K., Cicila, L. N., & Doss, B. D. (2019). Why do couples seek relationship help online? Description and comparison to in-person interventions. *Marital Family Therapy, 45*(3), 369-379. <http://dx.doi.org/10.1111/jmft.12329>
- Roddy, M. K., Stamatis, C. A., Rothman, K., & Doss, B. D. (2020). Mechanisms of change in a brief, online relationship intervention. *Journal of Family Psychology, 34*(1), 57-67. <http://dx.doi.org/10.1037/fam0000569>
- Rust, J., Bennun, I., Crowe, M., & Golombok, S. (1988). *The golombok rust inventory of marital state*. Windsor: NFER-NELSON.
- 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 Family Psychology, 2*(2), 131-145. <http://dx.doi.org/10.1037/a0032025>
- Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and the Family, 38*, 15-28. <http://dx.doi.org/10.2307/350547>
- Silva, A. I. G. S. (2016). *Relacionamento conjugal na transição para a parentalidade: Estudo com casais com o primeiro filho entre os 12-24 meses de idade* (Tese de doutorado). Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, Porto, Portugal. <https://hdl.handle.net/10216/83762>
- Skinner, B. F. (1982). *Sobre o behaviorismo*. São Paulo: Cultrix-Edusp. (Original de 1974).
- Sterrett-Hong, E., Antle, B., Nalley, B., & Adams, M. (2018). Changes in couple relationship dynamics among low-income parents in a relationship education program are associated with decreases in their children's mental health symptoms. *Children (Basel, Switzerland), 5*(7), 90. <http://dx.doi.org/10.3390/children5070090>
- Torvik, F. A., Gustavson, K., Røysamb, E., & Tambs, K. (2015). Health, health behaviors, and health dissimilarities predict divorce: results from the HUNT study. *BMC Psychology, 3*(1), 13. <http://dx.doi.org/10.1186/s40359-015-0072-5>
- Tsai, M., Hardebeck, E., Ramos, F. P., Turlove, H., Nordal-Jonsson, K., Vongdala, A., Zhang, W., & Kohlenberg, R. J. (2020). Helping couples connect during the COVID 19 Pandemic: A pilot randomised controlled trial of an awareness, courage, and love intervention. *Applied Psychology Health and Well-Being, 12*(4), 1140-1156. <https://doi.org/10.1111/aphw.12241>
- Trillingsgaard, T., Fentz, H. N., Hawrilenko, M., & Cordova, J. V. (2016). A randomized controlled trial of the marriage checkup adapted for private practice. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 84*(12), 1145-1152. <http://dx.doi.org/10.1037/ccp0000141>
- Wadsworth, M. E., & Markman, H. J. (2013). Where's the action? Understanding what works and why in relationship education. *Behavior Therapy, 43*(1), 99-112. <http://dx.doi.org/10.1016/j.beth.2011.01.006>
- Weber, L.N.D., Salvador, A.P.V., & Brandenburg, O.J. (2018). *Programa de qualidade na interação familiar*. Curitiba: Juruá.

- 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. <http://dx.doi.org/10.1037/a0038621>
- Whitton, S. W., Weitbrecht, E. M., Kuryluk, A. D., & Hutsell, D. W. (2016). A randomized waitlist-controlled trial of culturally sensitive relationship education for male same-sex couples. *Journal of Family Psychologist, 30*(6), 763-768. <http://dx.doi.org/10.1037/fam0000199>

(Received: August 08, 2023; Accepted: October 10, 2023)

