

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS
FACULDADE DE FILOSOFIA E CIÊNCIAS HUMANAS
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA:
COGNIÇÃO E COMPORTAMENTO**

RENATA CAMPOS MOREIRA DE SOUZA COELHO

**EFETIVIDADE DE VÍDEOS PSICOEDUCATIVOS NA RESOLUÇÃO DE
CONFLITOS E SATISFAÇÃO CONJUGAL**

Belo Horizonte, 2019

RENATA CAMPOS MOREIRA DE SOUZA COELHO

**EFETIVIDADE DE VÍDEOS PSICOEDUCATIVOS NA RESOLUÇÃO DE
CONFLITOS E SATISFAÇÃO CONJUGAL**

Projeto de mestrado apresentado ao programa de Pós-graduação em Psicologia: Cognição e Comportamento da Universidade Federal de Minas Gerais.

Orientador: Prof. Dr. Maycoln Leôni Martins Teodoro

Linha de Pesquisa: Mensuração e Intervenção em Psicologia.

Belo Horizonte, 2019

153.4 C672e 2019	<p>Coelho, Renata Campos Moreira de Souza. Efetividade de vídeos psicoeducativos na resolução de conflitos e satisfação conjugal [manuscrito] / Renata Campos Moreira de Souza Coelho. - 2019. 82 f. Orientador: Maycoln Teodoro.</p> <p>Dissertação (mestrado) - Universidade Federal de Minas Gerais. Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas. Inclui bibliografia.</p> <p>1. Psicologia - Teses. 2. Conflito conjugal - Teses. 3. Psicoterapia conjugal - Teses. I. Teodoro, Maycoln Leôni Martins. II. Universidade Federal de Minas Gerais. Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas. III. Título.</p>
------------------------	--



UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA: COGNIÇÃO E
COMPORTAMENTO



Declaração

Declaramos, para os devidos fins, que RENATA CAMPOS MOREIRA DE SOUZA COELHO, número de registro 2017656911, cumpriu os requisitos regulamentares para obtenção do grau de mestre no Programa de Pós-Graduação em PSICOLOGIA: COGNIÇÃO E COMPORTAMENTO da Universidade Federal de Minas Gerais, Brasil, tendo defendido sua dissertação intitulada *EFETIVIDADE DE VÍDEOS PSICOEDUCATIVOS NA RESOLUÇÃO DE CONFLITOS E SATISFAÇÃO CONJUGAL*, no dia 08/07/2019.

Belo Horizonte, 1 de setembro de 2021.


Carina Fumian Serpa Fuscaldi
Secretaria PPG Psicologia:
Cognição e Comportamento - UFMG
Inscrição UFMG: 252719
SIAPE: 2011719

Carina Fumian Serpa Fuscaldi
Secretária do Programa de Pós-Graduação
em PSICOLOGIA: COGNIÇÃO E COMPORTAMENTO

RESUMO

Moreira-Coelho, R. C. (2019). *Efetividade de vídeos psicoeducativos na resolução de conflitos e satisfação conjugal* (Dissertação de Mestrado). Universidade Federal de Minas Gerais, Programa de Psicologia: Cognição e Comportamento, Belo Horizonte.

A capacidade de construir e manter relações conjugais satisfatórias, tem sido apontada pela literatura como uma necessidade vital para a saúde mental e psicossocial. Nos últimos 50 anos o tema "relacionamento conjugal" tem sido amplamente estudado, porém no Brasil o estudo com programas educacionais que se propõem auxiliar os casais a melhorarem suas relações ainda é insipiente. Considerando que muitos estudos associam programas de educação conjugal como um forte preditor em mudanças na melhoria da qualidade conjugal, o presente estudo tem por objetivo estudar as implicações geradas quanto aos níveis de satisfação conjugal e resolução de conflitos diante de vídeos psicoeducativos. Para tanto, a pesquisa foi dividida em dois momentos: a primeira parte contempla uma revisão de literatura acerca de intervenções psicoeducativas on-line e presencial para casais ao passo que a segunda envolve uma pesquisa empírica, que avaliou os efeitos de um programa de psicoeducação denominado "Projeto Bem Casados", por meio de vídeos sobre conflitos, afetividade e satisfação conjugal. O método utilizado em direção ao alcance dos objetivos supracitados envolveu, no caso do primeiro estudo, uma busca eletrônica sistematizada em artigos publicados a partir de 2009 até janeiro de 2019 nas bases de dados MEDLINE, LILACS, IBECs, Index Psicologia, BDENF e Secretaria Estadual de Saúde em SP; PsycINFO e Cochrane Library. Ao final, foram selecionados doze estudos, dentre 1682, divididos entre modalidades on-line (um estudo) e presenciais (onze estudos) de programas para casais, os quais foram posteriormente categorizados com base nos objetivos e procedimentos. Os resultados apontaram para melhorias imediatas na qualidade da relação conjugal após os programas de intervenção. O segundo estudo, contou com a realização de etapas de pré e pós teste para se avaliar o nível de satisfação conjugal e conflitos dos participantes que foram submetidos ao programa de psicoeducação, que tem como diferencial o foco nas especificidades culturais brasileiras e a realização total das intervenções realizadas em plataformas virtuais. Participaram da pesquisa 163 adultos, casados ou com convivência mínima de seis meses morando juntos. Os participantes preencheram um questionário sociodemográfico e de qualidade conjugal, e foram submetidos à três diferentes tipos de escalas medidoras de satisfação conjugal, conflito e afetividade: CRBQ (*Conflict Resolution Behavior Questionnaire*), ESC (Escala de Satisfação Conjugal), e Familiograma. Ademais, foram transmitidos 21 vídeos divididos em três blocos, ao longo de três sessões. Os resultados indicaram melhorias na qualidade do relacionamento conjugal e nos níveis de acordo entre os casais pós-intervenção em quinze das vinte e quatro medidas possíveis, de nível baixo a moderado. A partir do cruzamento de dados entre os dois estudos, foi possível formular hipóteses acerca da efetividade de tais programas, contribuindo para as pesquisas na área ao lançar luz para novas tendências quanto às intervenções psicológicas, dado que as plataformas virtuais podem proporcionar maior alcance e abrangência.

Palavras-chave: Psicoeducação; Relacionamento conjugal; Satisfação Conjugal; Conflito; Plataforma virtual.

ABSTRACT

Moreira-Coelho, R.C. (2019). *Effectiveness of psychoeducational videos in conflict resolution and marital satisfaction* (Master's Thesis). Universidade Federal de Minas Gerais, Psychology Program: Cognition and Behavior, Belo Horizonte.

Literature indicates that the ability to build and maintain satisfactory marital relationships is essential for mental and psychosocial health. "Marital relationship" has been widely studied in the last 50 years. However, the study of educational programs that help couples improve their relationships is still insipid in Brazil. The objective of this study is to study the implications of psychoeducational videos on the level of marital satisfaction and conflict resolution, considering that many studies associate the prediction of changes in the improvement of marital quality to marital education programs. To do this, we divided the research into two moments: the first part consists of a literature review on online and face-to-face psychoeducational interventions for couples, while the second involves an empirical research that evaluated the effects of a psychoeducational program denominated "Well Married Project", through videos on conflict, affection, and marital satisfaction. We used a systematic electronic search of articles published from 2009 until January 2019 using the MEDLINE, LILACS, IBECs, Index Psychology, BDNF and State Department of Health in SP, PsycINFO, and Cochrane Library databases to reach the objectives of the first study. In the end, we selected twelve studies from 1682 and divided them between the online (one study) and face-to-face (eleven studies) modalities of the programs for couples, which were later categorized based on objectives and procedures. The results indicated immediate improvements in the quality of the marital relationship after using the intervention programs. The second study included pre and post-test stages to evaluate the level of marital satisfaction and conflicts of the participants submitted to the psychoeducation program. The differential was the focus on the Brazilian cultural specificities and the complete performance of the interventions on virtual platforms. The research consisted of 163 adults, married or living together with a minimum of six months. The participants filled a sociodemographic and marital quality questionnaire and were submitted to three different types of scales measuring the marital satisfaction, conflict, and affection: CRBQ (Conflict Resolution Behavior Questionnaire), CSS (Conjugal Satisfaction Scale), and Familiogram. Moreover, we transmitted 21 videos divided into three blocks, during three sessions. The results indicated improvements in the quality of the marital relationship and the levels of agreement among the post-intervention couples in fifteen of the twenty-four possible measures, from low to moderate levels. We formulated the hypothesis regarding the effectiveness of such programs, contributing for the research in the field when enlightening new tendencies concerning the psychological interventions from the cross data of both studies, given that the virtual platforms can provide a wider reach.

Keywords: Psychoeducation; Marital relationship; Conjugal Satisfaction; Conflict; Virtual platform.

LISTA DE SIGLAS E ABREVIATURAS

BVS	Biblioteca Virtual em Saúde
CARE	Couple Commitment and Relationship Enhancement Program
CRBQ	Conflict Resolution Behavior Questionnaire
ESC	Escala de Satisfação Conjugal
OR	Our Relationship
PE	Programa ELO
PREP	Prevention and Relationship Enhancement Program
PRISMA	Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-
RA	Relationship Awareness
SAE	Satisfação com os aspectos emocionais
SIC	Satisfação com a interação conjugal
TCC	Terapia Cognitivo-Comportamental
TCLE	Termo de consentimento livre e esclarecido
TIC	Tecnologias da Informação e Comunicação
TIC	O uso das Tecnologias da Informação e Comunicação

LISTA DE TABELAS

Tabela 1	Estratégia de busca nas bases eletrônicas e número de publicações encontrado.....	26
Tabela 2	Estudos selecionados para a revisão sistemática de acordo com a modalidade de intervenção.....	30
Tabela 3	Análise descritiva das características sociodemográficas da amostra no pré e pós-teste	43
Tabela 4	Título e tempo do vídeo psicoeducativo.....	46
Tabela 5	Tarefas de casa para os casais.....	48
Tabela 6	Etapas da intervenção segundo procedimento e método de ação.....	49
Tabela 7	Comparação entre os escores (média e desvio-padrão) e tamanho de efeito do pré- com o pós-teste de acordo com o sexo.....	51
Tabela 8	Comparação entre os escores (média e desvio-padrão) e tamanho de efeito do pré- com o pós-teste para casais tipo I (alta afetividade e baixo conflito)	53
Tabela 9	Comparação entre os escores (média e desvio-padrão) e tamanho de efeito do pré- com o pós-teste para casais tipo IV(baixa afetividade e alto conflito)	54

SUMÁRIO

1	APRESENTAÇÃO	13
1.1	CONTEXTUALIZANDO A PESQUISA	13
2	INTRODUÇÃO.....	15
2.1	CONTEXTUALIZANDO O TEMA	15
3	ESTUDO I.....	24
3.1	INTERVENÇÕES PSICOEDUCATIVAS ONLINE E PRESENCIAL PARA CASAIS: UMA REVISÃO DA LITERATURA	24
3.2	MÉTODO	25
3.2.1	Banco de dados e estratégia de busca	25
3.2.2	Seleção de estudos e critérios de elegibilidade	27
3.3	RESULTADO E DISCUSSÃO.....	27
4	ESTUDO II.....	40
4.1	UMA INTERVENÇÃO EM VÍDEOS PARA CASAIS: PESQUISA EMPÍRICA.....	40
4.2	OBJETIVOS	41
4.2.1	Objetivos gerais.....	41
4.2.2	Objetivos específicos	41
4.3	HIPÓTESE	42
4.4	MÉTODO	42
4.4.1	Participantes.....	42
4.5	INSTRUMENTOS	44
4.5.1	Questionário Sociodemográfico.....	44
4.5.2	Questionário de Identificação Qualitativa sobre o Relacionamento.....	44
4.5.3	Conflict Resolution Behavior Questionnaire (CRBQ, Rubenstein e Feldman, 1993).....	44
4.5.4	Familiograma (Teodoro, 2006).....	45
4.5.5	Escala de Satisfação Conjugal - ESC (Dela Coleta, 1989)	45
4.6	PROCEDIMENTOS DE INTERVENÇÃO	45
4.7	PROCEDIMENTOS ÉTICOS E DE PESQUISA.....	48
4.8	ANÁLISE DOS DADOS	51
4.9	RESULTADOS	51
4.10	DISCUSSÃO	54

5	CONCLUSÕES, LIMITAÇÕES E CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	59
5.1	PENSANDO O FUTURO DAS INTERVENÇÕES CONJUGAIS: ALCANCE E ABRANGÊNCIA	59
	REFERÊNCIAS	61
	APÊNDICE A - QUESTIONÁRIO DE IDENTIFICAÇÃO SOCIODEMOGRÁFICO.	72
	APÊNDICE B - QUESTIONÁRIO DE IDENTIFICAÇÃO QUALITATIVA SOBRE O RELACIONAMENTO.....	74
	ANEXO A - ESCALA DE CONFLITOS CONJUGAIS - CONFLICT RESOLUTION BEHAVIOR QUESTIONNAIRE (CRBQ)	75
	ANEXO B - FAMILIOGRAMA-R (FG).....	77
	ANEXO C - ESCALA DE SATISFAÇÃO CONJUGAL (ESC) - CÔNJUGES.....	79
	ANEXO E - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO	81

1 APRESENTAÇÃO

1.1 CONTEXTUALIZANDO A PESQUISA

O interesse pelo tema do presente estudo teve como ponto de partida a minha trajetória clínica: ao longo da atuação enquanto terapeuta de casais e famílias há mais de 10 anos, pude perceber um crescente aumento nos transtornos de humor advindos de crises e conflitos conjugais, o que demonstrou que os casais recorriam ao auxílio terapêutico como um último recurso para suas angústias e sofrimentos. Assim, o próprio fato de chegar à terapia apresentava-se como um desafio para o casal uma vez que mitos, crenças catastróficas e disfuncionais habitavam a mente dos cônjuges, impedindo-os, assim, de buscar ajuda de maneira preventiva.

A clínica com casais sempre se apresentou como um grande desafio, perpassado pelas constantes necessidades de aprimoramento, seja da prática clínica ou da teoria em si. Assim, as particularidades do entrelace de duas mentes interagindo atuou como estímulo na minha busca de aperfeiçoamento enquanto terapeuta, além de despertar a curiosidade rumo ao estudo de novos recursos e estratégias. Durante meu percurso clínico, articulado aos estudos teóricos, foi perceptível que as demandas conjugais atuavam como preditoras de muitos dos sofrimentos e angústias relatados pelos pacientes. Além disso, pude constatar que ao se trabalhar no contexto conjugal e familiar, os efeitos terapêuticos atuam como uma onda: o que é alcançado por meio da terapia com o casal produz impactos nos filhos, no trabalho e na família de origem, podendo, inclusive, atingir outras gerações.

Outro ponto levantado por mim diz respeito à primeira etapa da terapia com casais: pude perceber que a forma como se conduz tal momento estava diretamente ligada ao sucesso terapêutico. A redução de sintomas, o aumento da interação positiva, a regulação das emoções desagradáveis e o aumento da esperança foram mais fortemente percebidos e avaliados após a etapa de psicoeducação, sinalizando, assim, uma possibilidade maior de sucesso para as etapas subsequentes do processo clínico. Diante de tais constatações, no ano de 2013, desenvolvi o “PROGRAMA ELO” (PE). Esta foi uma experiência clínica, que não contou com testagens e rigores metodológicos de uma pesquisa científica. Assim, tal programa teve por objetivo oferecer psicoeducação a um grupo de casais, que estava na lista de espera para atendimento em terapia e demonstrou interesse em aprender habilidades conjugais. Enquanto terapeuta, da minha parte já havia a hipótese de que a atuação preventiva seria um forte elemento de proteção para os casais, podendo minimizar os sofrimentos e adoecimentos individuais advindos dos

conflitos a dois. Considerando ainda, as possibilidades de se potencializar o sucesso terapêutico, a concretização do programa tornou-se factível.

Quanto aos resultados, o PE apresentou-se bastante positivo: os vinte casais selecionados foram divididos em pequenos grupos, de modo que, ao longo de dois dias, por meio de vivências organizadas entre teoria e prática, os participantes tiveram a oportunidade de experimentar temáticas que envolviam comunicação conjugal, interações positivas, dias de carinho, técnicas de resolução de problemas, empatia e perdão. Dentre alguns dos relatos dos casais, obtive *feedbacks* como: “Nunca imaginamos que fosse possível aprender a se relacionar de maneira diferente, achávamos que teríamos que fazer como nossos pais”; “Esse conteúdo deveria ter sido ensinado na escola”; “Se soubéssemos disso antes, poderíamos ter evitado inúmeras mágoas e sofrimentos”; “Penso que, após esse programa, nossa vida vai mudar para sempre”.

Tais depoimentos atuaram como adicionais, associados a toda a minha trajetória clínica, responsáveis por me fazer acreditar, verdadeiramente, que a educação conjugal seria um fator vigoroso de saúde emocional para casais e famílias, e foi, a partir daí, que comecei a direcionar meus estudos para essa área. Assim, Terapia Cognitivo Comportamental, Terapia do Esquema, Terapia Focada nas Emoções e Psicologia Positiva, são algumas das teorias que compõem o embasamento do meu trabalho clínico atual.

2 INTRODUÇÃO

2.1 CONTEXTUALIZANDO O TEMA

Nos últimos 50 anos, o tema "relacionamento conjugal" tem sido amplamente estudado. A relevância do assunto se dá pela evidência de que a maior parte das pessoas irá se casar ou experimentar uma união estável em suas vidas (Mosmann, Wagner & Féres-Carneiro, 2006). Por essa razão, clínicos e pesquisadores vêm discutindo o que define um relacionamento satisfatório.

Há evidências de que ter um bom casamento pode ser o mais forte prognóstico de satisfação das necessidades emocionais básicas, trazendo bem-estar, saúde física e mental (Machado, 2007). O sentimento de satisfação no relacionamento fortalece os laços entre os cônjuges, ajudando-os a enfrentar os momentos de crise, e está relacionado à durabilidade nas uniões dos casais (Norgren, Souza, Kaslow, Hammerschmidt & Sharlin, 2004). A capacidade de construir e manter relações interpessoais íntimas tem sido apontada pela literatura como uma necessidade vital para a saúde mental e psicossocial. Essa capacidade, além de precursora do bem-estar, pode ser vista como um critério de maturidade no relacionamento conjugal (Cross, Bacon & Morris, 2000; Feldman, Gowen & Fischer, 1998).

Percebe-se, na atualidade, que os modelos conjugais estão sendo modificados e têm surgido novas tendências sobre as trajetórias e formas de viver em casal. Nesse quesito, a iniciação da mulher no mercado de trabalho pode ser vista como verdadeiro marco na mudança familiar. O casamento passa a ser baseado em interesses pessoais, sejam sentimentais ou sexuais, e não mais é visto como relacionado, diretamente, ao futuro do patrimônio, como ocorria nas sociedades patriarcais (Kamers, 2006). Essa instituição vem assumindo outra posição no ciclo vital das pessoas, apesar de permanecer como forma predominante de organização familiar (Amaro, 2006).

No Brasil, a Constituição Federal de 1988 reestruturou o conceito de família, incluindo a união estável e a família monoparental como entidades familiares, admitindo, portanto, o afeto como elemento formador de famílias. Outro momento considerável nas mudanças familiares foi, sem dúvida, o estabelecimento pelo artigo 226 dessa mesma constituição, de que o casamento civil pode ser dissolvido pelo divórcio, desde que cumprida a separação judicial por mais de um ano nos casos expressos em lei, ou comprovada separação de fato por mais de dois anos, garantindo que cada sujeito tenha mais liberdade para fazer suas escolhas.

Importante aclarar que, na medida em que o número de divórcios aumentava, o casamento foi perdendo sua força simbólica (Roudinesco, 2003). Sobre isso, Féres-Carneiro (2003) constata que os cônjuges não se divorciam por desqualificarem o casamento, e sim porque o valorizam tanto que não aceitam uma relação conjugal que não atenda às suas expectativas.

Um estudo realizado por Zordan, Falcke e Wagner (2009) objetivou avaliar os motivos e as expectativas de 197 jovens adultos, entre 20 e 31 anos, em relação ao casamento. As razões pessoais relatadas foram amor, afinidade, influências familiares (dado à importância que os pais atribuem ao casamento), motivos socioeconômicos e religiosos. Já no que tange às expectativas, os participantes destacaram o companheirismo, o amor e a segurança emocional, referindo-se, especificamente, à relação afetivoemocional do casal. Como se pode perceber, os resultados dessa pesquisa reforçam que o casamento pode ser baseado no desejo, nas expectativas e na satisfação dos cônjuges.

Esta hipótese é confirmada por Rolim e Wendling (2013), quando comprova que os casais esperam alcançar desenvolvimento emocional de modo pleno, por meio da construção de intimidade, amizade, afeto, realização sexual, companheirismo e cumplicidade. O autor elucida, ainda, que, nos casamentos, indivíduos depositam uma grande expectativa em relação ao parceiro e têm maior idealização do outro, apresentando elevada exigência consigo mesmo. Aqui, torna-se possível extrair, então, que a escolha pelo casamento moderno deve-se à motivação por fatores subjetivos, citando a satisfação conjugal e a qualidade da relação como fatores predominantes, diferentemente do que se observava em épocas pretéritas, quando a escolha era motivada, predominantemente, por questões familiares e de patrimônio.

Nesse sentido, cabe acrescentar um dado relevante observado por Féres-Carneiro (2003). Para a autora, os mesmos fatores que levam ao casamento, como atração pela personalidade, sexo, melhoria na situação financeira e desejo dos pais, são aqueles que, também, explicam a manutenção dos conflitos ou a ruptura do vínculo conjugal. Isso, porque as uniões tendem a começar com uma expectativa otimista e romântica de satisfação que, por si só, acaba gerando frustração e desesperança. Atualmente, os parceiros não aceitam que o casamento não corresponda às suas expectativas de felicidade, prazer, compreensão mútua e companheirismo, sendo o rompimento conjugal cada vez mais frequente (Féres-Carneiro, 1998; Straube, Gonçalves & Centa, 2003).

No tocante aos conceitos que envolvem a qualidade conjugal, Mosmann et al. (2006) apontam três dimensões que surgem como o resultado de um processo dinâmico e interativo entre os casais: contexto, recursos pessoais e processos adaptativos. Essas dimensões são

influenciadas por diversas variáveis como sexo, experiências na família de origem, nível educacional, nível socioeconômico e características da personalidade, não sendo ainda possível determinar maior importância de uma em relação à outra. Isso, porque, como elucidam os autores, embora essas variáveis estejam correlacionadas com a qualidade da relação conjugal, há uma carência de estudos que as investiguem com profundidade.

A satisfação conjugal é um aspecto importante do relacionamento a dois. Sua compreensão, entretanto, é destacada na literatura como complexa (Mosmann et al., 2006). Variáveis como intimidade, amizade, afeto, realização sexual, companheirismo e cumplicidade estão envolvidas na percepção da satisfação a dois (Garcia & Tassara, 2001). Outros autores relacionam esse conceito, ainda, como a compreensão das necessidades do parceiro, comunicação eficiente, habilidades de resolução de problemas, dentre outros (Machado, 2007; Scorsolini-Comin & Santos, 2012). Zordan et al. (2009), por sua vez, retratam que satisfação conjugal é algo mais complexo, visto que é composta por diferentes variáveis desde as características de personalidade dos cônjuges e as experiências que eles trazem de suas famílias de origem até a maneira como constroem o relacionamento a dois.

Problemas de relacionamento entre os casais e a insatisfação no casamento têm sido apontados como um dos maiores estressores da vida, acarretando transtornos psiquiátricos, mentais e físicos, como sintomas depressivos, transtornos alimentares, alcoolismo, alterações no sistema imunológico, dor crônica e problemas cardíacos (Epstein, Schlesinger & Dryden, 1988; Granvold, 2004; Horneffer & Fincham, 1996).

Semelhantes perturbações conjugais também trazem consequências negativas para os filhos e familiares (Gottman & Silver, 2000), podendo gerar violência entre os parceiros, chegando, assim, a consequências extremas, como homicídio ou suicídio (Bell & Naugle, 2008). Os custos potenciais da crise conjugal e do divórcio têm motivado a busca de intervenções para ajudar os casais a lidarem com seus conflitos (Horneffer & Fincham, 1996).

Nos dias de hoje, identifica-se, na produção científica nacional e estrangeira, uma variedade de estudos que se propõem a estudar as relações conjugais e suas consequências na vida de um casal. O interesse pelo estudo das relações conjugais e sua relação com a qualidade no bem-estar individual tem sido fomentado em vários países por meio de programas de educação conjugal. Esses programas destinam-se a promover o desenvolvimento de competências nos casais por meio de um conjunto de estratégias para o desenvolvimento de habilidades necessárias para a satisfação conjugal e a divulgação de conhecimentos sobre a vida a dois (Halford, Markman, Kline & Stanley, 2003).

Visando verificar a capacidade do programa em produzir mudanças na qualidade das relações, foi realizada, no Brasil, uma relevante pesquisa para avaliar os resultados de um programa de educação para casais (Neumann, Wagner & Remor, 2018). Os autores utilizaram medidas de conflito entre os casais e de qualidade conjugais. Os 41 casais analisados no pré e pós teste confirmaram as hipóteses dos autores e, no término das oficinas, relataram aumento nos níveis de qualidade conjugal dos maridos, uma diminuição na frequência de conflitos e uso da estratégia de conformidade para as esposas; uso mais frequente da estratégia de resolução de conflitos de resolução positiva; menor uso das estratégias de conflito de compromisso e retirada para ambos os maridos e esposa. Esses resultados se assemelham-se com dados existentes na literatura sobre a capacidade dos programas de educação de relacionamento em produzir melhorias imediatas na qualidade do relacionamento conjugal (Carlson, Rappleyea, Daire, Harris & Liu, 2017; Robles, Slatcher, Trombello & McGinn, 2014) e nas estratégias de resolução de conflitos (Antle & Wise, 2013; Carlson et al., 2017; Cox & Shirer, 2009).

Apesar de os pesquisadores buscarem identificar e compreender as variáveis que podem influenciar a satisfação nas relações amorosas (Robles et al., 2014), não há, aparentemente, uma receita pronta para esse questionamento (Amato, Johnson, Booth & Rogers, 2003; Johnson, Amoloza & Booth, 1992; Karney & Bradbury, 1995). Por conseguinte, muitas podem ser as causas atribuídas a esse fenômeno e, ainda que seja laborioso conceituá-lo, o contentamento em uma relação mostra-se fator de verdadeiro de trabalho em equipe, podendo essas características serem aperfeiçoadas ou adquiridas com comunicação e resolução de conflitos (Norgren et al., 2004). A terapia de casal é apontada como uma das alternativas para lidar com os descontentamentos e adversidades nas relações conjugais (Snyder, Castellani & Whisman, 2006).

Diversas intervenções foram desenvolvidas ao longo das últimas décadas com o objetivo de prevenir o sofrimento conjugal. Em um breve contexto histórico, os primeiros estudos sobre terapia de casal encontram-se na literatura a partir de 1970 (Jacobson, 1978; Jacobson, 1979). A satisfação conjugal, as interações positivas, as habilidades de comunicação e a resolução de conflito eram o grande alvo das pesquisas desta época (Jacobson, 1978; Jacobson, 1979; Jacobson et al., 1985, 1984; Jacobson, Schmaling & Holt-zworth-Munroe, 1987; Sayers, Baucom, Sher & Weiss, 1991).

Na década de 1990, começaram a surgir estudos com enfoque na teoria cognitivo comportamental. Programas de prevenção e psicoeducação individual ou em grupo tiveram seus efeitos e resultados testados e comparados entre diferentes abordagens (Behrens, Sanders

& Halford, 1990; Braukhaus, Hahlweg, Kroeger, Groth & Fehm-Wolfsdorf, 2003; Kaiser, Hahlweg, Fehm-Wolfsdorf & Groth, 1998).

Já nos anos 2000, estudos comprovaram a relevância da satisfação conjugal para a qualidade de vida de um casal e, conseqüentemente, para o bem-estar de seus filhos (Hernandez & Hutz, 2009; Mosmann et al., 2006; Narciso & Costa, 2001). Gottman e Silver (2000) apontaram que indivíduos satisfeitos no relacionamento apresentam padrões de vida mais saudáveis do que os que se encontram insatisfeitos.

Foi percebida, em estudo de revisão sistemática sobre Terapia de Casal e Estratégias de Resolução de Conflitos (Costa, Delatorre, Wagner & Mosmann, 2017) a existência de crescente preocupação dos pesquisadores em desenvolver estudos sobre as psicoterapias baseadas em evidências a respeito desse tema. Estudos de eficácia e efetividade foram, então, bastante desenvolvidos nas últimas cinco décadas, com o propósito de investigar o que ocorre durante o tratamento e quais as variáveis associadas à mudança no paciente.

Essas pesquisas em psicoterapia de casal revelam que, embora haja pontos de divergência e falta de clareza em termos como “positividade” e “negatividade” nas relações conjugais, existem, por outro lado, pontos comuns que facilitam a compreensão desse fenômeno. O papel da comunicação, da empatia, do perdão, do apoio mútuo, da confiança e da resolução de conflitos na conjugalidade parece, efetivamente, estar relacionado aos níveis de satisfação conjugal (Aalgaard, Bolen & Nugent, 2016; Sevier, Eldridge, Jones, Doss & Christensen, 2008).

Nesse viés, os registros literários apontam que situações de conflito entre os casais podem ser definidas como a oposição ostensiva entre os cônjuges, identificada por si mesmos, como desentendimento ou fonte de dificuldades no relacionamento (Paleari, Regalia & Fincham, 2009). Situações de conflitos ocorrem como parte natural do processo de amadurecimento e adaptação da vida a dois (Bertoni & Bodenmann, 2010). Entretanto, as estratégias que os cônjuges utilizam para resolvê-los é que são determinantes de um desfecho mais ou menos satisfatório (Schoebi et al., 2012; Veldorale-Brogan et al., 2013).

Comportamentos como comunicação respeitosa, clareza, autocontrole, flexibilidade e tolerância e busca conjunta por soluções estão inseridos na gama de estratégias construtivas. Já a identificação de culpados, comportamentos de esquiva, hostilidade, negatividade e reclamações são, por sua vez, parte da gama de comportamentos destrutivos (Sierau & Herzberg, 2012; Sullivan, Pasch, Johnson & Bradbury, 2010; Wheeler, Updegraff & Thayer, 2010).

Na literatura internacional, cabe destacar que compreender as estratégias por meio das quais os casais resolvem seus conflitos também vêm sendo alvo de pesquisas. Temas como frequência e conteúdo do conflito, reconhecimento dos cônjuges na existência ou não de problemas e as estratégias para resolvê-los são parte da maioria dos estudos (Benetti, 2006).

Conforme apontado pelos pesquisadores Dush e Taylor (2012), casais que tomam decisões em conjunto, que compartilham responsabilidades da vida conjugal e familiar, apresentam níveis menores de conflitos e maiores níveis de satisfação conjugal. A forma de se comunicarem, portanto, além das características individuais, como temperamento e autoestima, também caracterizam os padrões de interação entre os cônjuges (Silva & Vandenberghe, 2009).

Nessa perspectiva, um estudo realizado no sul do Brasil, com 104 casais de classe média, apontou que aqueles que utilizavam negociação frente aos conflitos apresentavam maiores níveis de satisfação conjugal. Em contrapartida, estratégias como esquiva, agressões psicológicas e reciprocidade negativa indicavam altos níveis de insatisfação (Bolze, Schmidt, Crepaldi & Vieira, 2013). Esses dados confirmam a compreensão de outros autores (Bertoni & Bodenmann, 2010; Féres-Carneiro, 1998), no sentido que os conflitos conjugais ocorrem, naturalmente, como fruto da interação de pessoas que almejam construir um projeto de vida em conjunto, negociando a partir de pontos de vista divergentes com o objetivo maior de alcançarem um acordo. Por outro lado, adiar a resolução dos problemas, pode gerar um acúmulo de impasses que poderão resultar com mais força na carga negativa do que se tivessem sido resolvidos no contexto em que surgiram (Zordan, Wagner & Mosmann, 2012).

Em acréscimo a esse contexto, Sardinha, Falcone e Ferreira (2009) apontaram que algumas habilidades, quando desenvolvidas entre os casais, como tomada de decisão, uma boa comunicação, cultivo de valores, desenvolvimentos da intimidade sexual e psicológica favorecem a satisfação conjugal de longo prazo. Comportamentos empáticos, otimistas, que enaltecem os aspectos positivos do parceiro e do relacionamento levam a maiores chances de negociação frente aos conflitos. Já se os cônjuges forem pessimistas, individualistas e tendenciosos à culpabilização, a possibilidade de conflitos destrutivos é aumentada (Cundiff, Smith & Frandsen, 2012; Iveniuk, Waite, Laumann, McClintock & Tiedt, 2014; Veldorale-Brogan et al., 2013).

Isso posto, considerando as variáveis: resolução de problemas, habilidades de comunicação e coesão como prenúncios colaboradores do aumento da satisfação conjugal em relacionamentos de longo prazo. Entende-se que o casamento satisfatório constitui-se em razão da construção ativa dos casais, o que bem difere da desleal propagação de que dificuldades

conjugais solucionam-se por forças externas, "como um passe de mágica" (Norgren et al., 2004).

No Brasil, apesar de o trabalho com a conjugalidade, especialmente nas perspectivas de prevenção e promoção à saúde, não possuem tradição, alguns estudos vêm trazendo contribuições relevantes, como o programa psicoeducativo para casais já citado acima 'Viver como Parceiros: Transformando Desafios em Oportunidades' (Neumann et al., 2018). Esse programa dedicou oficinas lúdicas e psicoeducativas para grupos de casais que participaram ativamente, aprendendo sobre diversos temas como mitos conjugais, conflitos, sexualidade e lazer a dois. O que pôde ser observado pelas pesquisadoras é que o programa atende a uma variedade de públicos em termos sociodemográficos e relacionais, produzindo efeito sobre três aspectos dos conflitos conjugais: frequência, intensidade e estratégias de resolução. Os resultados apontam que o programa produziu efeito imediato em todos os aspectos do conflito. Destaca-se que esses resultados se mantiveram significativas após cinco meses, com exceção da qualidade conjugal e da estratégia de adesão.

Buscando atender a uma tendência em relação às intervenções mais eficazes e efetivas, que possibilitam gerar maior alcance e adesão dos casais em sofrimento, um estudo realizado nos Estados Unidos (Doss et al., 2016) se propôs avaliar evidências sobre a eficácia de um programa conjugal, denominado *Our relationship, online*, e também encontrou melhorias significativas na satisfação do relacionamento no curto prazo ($d = 0,69$ de Cohen), como a confiança no relacionamento ($d = 0,47$) e a qualidade do relacionamento negativo ($d = 0,57$). Além disso, os casais relataram melhorias significativas em múltiplos domínios do funcionamento individual; especialmente, quando os mesmos já iniciaram o programa com dificuldades nesses domínios como depressão ($d = 0,71$) e sintomas ansiosos ($d = 0,94$), saúde percebida ($d = 0,51$), funcionamento do trabalho ($d = 0,57$) e qualidade de vida ($d = 0,44$). O programa foi adaptado e realizado ao longo de oito horas de atividades on-line, sendo fruto de uma terapia de casal empiricamente baseada. Esses resultados apontam que programas em plataformas virtuais podem aumentar o alcance das intervenções atuais, preenchendo lacunas entre programas de enriquecimento conjugal presencial e terapia de casal, quando capaz de superar barreiras financeiras e logísticas comuns para muitos casais (por exemplo, conflitos de horário de trabalho e dificuldades de acolhimento de crianças).

Programas de prevenção em terapia de casal são encorajadores, embora as pesquisas sobre o impacto no nível da população seja limitado. Alcançar o nível ideal entre eficácia e alcance, é o foco das intervenções desenvolvidas em plataformas virtuais (Glasgow, McKay, Boles & Vogt, 1999).

Hawkins e Erickson (2015) sugerem, a partir de um estudo feito com 38 casais de baixa renda, que os profissionais precisarão perpetuar a inovação no design e na pedagogia dos programas educacionais para os casais, visando promover o engajamento dos participantes e, conseqüentemente, alcançar mais sucesso nos resultados esperados.

Na última década, foi possível perceber um aumento exponencial do uso de tecnologias e plataformas virtuais, sobretudo a internet, como formas de angariar notícias, entretenimento e, inclusive, mesmo de educação à distância. O uso das Tecnologias da Informação e Comunicação (TIC) promove novas possibilidades, transpondo barreiras territoriais, espaciais e temporais (Chaquime, Corrêa & Mill, 2016; Oliveira, Barros & Goulart, 2016). Os vídeos educativos apresentam-se como um instrumento didático e tecnológico e têm sido utilizados como ferramentas nas estratégias de educação, potencializando práticas de aprendizagem autônoma, favorecendo a consciência crítica e a promoção de saúde (Razera, Buetto, Lenza & Sonobe, 2014). Os vídeos demonstram a relevância da sua aplicabilidade no processo de ensino aprendizagem, pois combinam vários elementos, tais como imagens, texto e som em um único objeto de promoção do conhecimento (Dalmolin et al., 2016).

A sociedade, portanto, vem se apoderando de instrumentos proporcionados pela tecnologia para facilitar e otimizar a vida de um modo geral. Vive-se hoje em ambientes saturados de informações, e, ao lado desse fenômeno, as TIC podem ser extremamente valiosas na atualização de competências em situações de vida pessoal e profissional.

A integração entre novas e velhas tecnologias é desejável em termos econômicos e recomendável do ponto de vista da construção do conhecimento (Valença & Silva, 2017). Estudo de Postel, Hann e Jong (2008) aponta que o uso de plataformas digitais como forma de ampliação do atendimento psicológico é uma tendência. A internet possibilita que grande parte da população tenha acesso às intervenções terapêuticas. Entretanto, apesar dos benefícios, ainda há poucos estudos acerca do tema, e os já existentes apresentam baixa qualidade metodológica, sugerindo a necessidade de estudos mais robustos.

Considerando o que fora exposto, ao se levar em conta que apesar do alto número de dissoluções conjugais, a maioria das pessoas continua escolhendo o casamento como forma de satisfazer suas necessidades de afeto e segurança emocional, as pesquisas envolvendo intervenções de maior alcance se fazem extremamente relevantes na educação de casais, possibilitando que estes tenham um olhar diferenciado, mais atento, aos focos de conflito, para que assim sejam efetivamente capazes de construir estratégias mais adaptativas para enfrentá-los. Ademais, a elaboração de um programa educacional para casais em plataformas virtuais encontra espaço diante da carência de estudos tanto no contexto brasileiro quanto no cenário

internacional. Por esse motivo, apesar de apontar diretrizes satisfatórias para clínicos e pesquisadores, novas pesquisas, que visem atender ao maior alcance desse tipo de intervenção, tornam-se imperiosas.

Diante das considerações acerca da relevância do tema, o presente trabalho se propõe a apresentar dois estudos que pretendem contribuir no que tange às evidências e resultados sobre as intervenções em casais. Assim, o primeiro estudo comportará uma revisão sistemática de literatura, com posterior categorização dos resultados obtidos, divididos entre programas online e presenciais, realizados com base em diferentes abordagens e populações para aferir aspectos relativos à resolução de conflitos e satisfação conjugal. O segundo estudo, por sua vez, irá contemplar a análise dos efeitos de uma intervenção psicoeducativa online para casais.

3 ESTUDO I

3.1 INTERVENÇÕES PSICOEDUCATIVAS *ONLINE* E PRESENCIAL PARA CASAIS: UMA REVISÃO DA LITERATURA

Em decorrência do aumento no número de dissoluções conjugais em sociedades ocidentais nos anos 1970 e 1980, houve um crescimento do interesse por parte dos investigadores na área em dirigir maior atenção às questões internas da conjugalidade, assim como as necessidades emocionais de cada um dos cônjuges e seus padrões interacionais (Bruun & Ziff, 2010). No passado, por volta da década de 1960, os “conselheiros matrimoniais” (como eram chamados os religiosos da época) direcionavam seu apoio focado no *status* “casamento” e, com isso, pecavam na não educação dos casais sobre formas de ir ao encontro de suas necessidades (Halford, O'Donnell, Lizzio & Wilson, 2006).

Entretanto, o que se nota nos dias atuais é que, apontar novos caminhos, considerando tanto em termos de terapias de casal quanto em intervenções preventivas, parece ser uma tendência unânime em pesquisadores que destinam estudos para essa população (Narciso & Ribeiro, 2009). O fato de as relações conjugais constituírem fonte de bem-estar físico, psicológico e social traz um aumento do interesse pela temática, fazendo com que a comunidade científica se dedique a investir em uma corrente de estudos com focos em intervenção e prevenção (Babcock, Gottman, Ryan & Gottman, 2013).

Conforme relata Dion (2005), existem mais de 100 programas de educação conjugal disponíveis, que variam em termos teóricos, tamanho do grupo e formato. Um estudo feito com jovens portugueses, por exemplo, buscou compreender as percepções dos casais frente a programas de educação conjugal. Os resultados, em síntese, apontam que os casais apresentam atitudes favoráveis, apesar de relatarem possíveis obstáculos e desafios em relação à participação como, por exemplo custos, falta de conhecimento, privacidade dos casais em relação ao grupo, frequência dos encontros, flexibilidade quanto ao melhor momento e horário de disponibilidade de cada um e preconceito em relação a essas iniciativas (Martins & Niza, 2014).

Em países como os Estados Unidos, há a tradição de disponibilização de programas no âmbito da educação conjugal precoce (Halford et al., 2006). Programas como PREP (*Prevention and Relationship Enhancement Program*) e CARE (*Couple Commitment and Relationship Enhancement Program*) foram testados na mesma amostra em 174 casais recém-casados ou noivos divididos em dois grupos. Os resultados relevam que os casais sem

tratamento dissolveram suas relações em uma taxa mais alta (24%) do que os que completaram os programas (Rogge, Cobb, Lawrenc, Johnson & Bradbury, 2013).

No Brasil, a realidade da prevenção e intervenção conjugal ainda está distante do que já acontece em outros países. Traçando um perfil das pesquisas sobre Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) com casais publicados no Brasil, Peçanha e Rangé (2008) concluíram que o número de artigos publicados é relativamente pequeno e que, embora existam modelos eficazes para o manejo dos problemas conjugais, o tema é pouco explorado pela população brasileira. Nove anos depois, a análise da literatura feita em uma revisão sistemática para terapia de casal e estratégias de resolução de conflitos (Freitas, 2017) forneceu um panorama internacional, composto por perspectivas de consenso já estabelecidos, inconsistências que devem ser superadas, apontando, assim, carências de estudos sobre psicoterapia de casal e estratégias de resolução de conflitos, especialmente, no Brasil. Essa situação se agrava quando são analisadas intervenções que se utilizam de estratégias virtuais de intervenção. Nesse sentido, o objetivo dessa revisão sistemática é buscar, na literatura científica, dados de pesquisa que informem se os programas de psicoeducação presenciais ou *online* de intervenção para casais produzem efeitos na resolução de conflitos e na satisfação conjugal.

3.2 MÉTODO

Os passos tomados nesta revisão sistemática são baseados no método Cochrane (Clarke & Oxman, 2000), e elaborado por meio de Itens de Relatórios Preferenciais para Revisões Sistemáticas e Metanálises (PRISMA), que são as diretrizes para ajudar os autores a medir a clareza e transparência do relato de revisão sistemática e dados de meta-análise (Hutton et al., 2015).

3.2.1 Banco de dados e estratégia de busca

Foi realizada uma busca eletrônica sistematizada em artigos publicados até janeiro de 2019 na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), reunindo as bases de dados MEDLINE, LILACS, IBECS, Index Psicologia, BDENF e Secretaria Estadual de Saúde em SP; PsycINFO e Cochrane Library. Foram incluídos artigos em inglês, português e espanhol. Para cada dado, uma estratégia específica foi construída com os descritores e sintetizadores do MeSH. Os

termos foram usados com várias formas de combinação, incluindo termos referentes a conflitos conjugais, satisfação conjugal, psicoterapia de casal e vídeos educativos (Tabela 1).

Tabela 1

Estratégia de busca nas bases eletrônicas e número de publicações encontrado

Bases eletrônicas	Estratégia de Busca	Estudos
Medline (Pubmed)	(tw:(("Satisfação Conjugal" OR "Conflito Familiar" OR "Conflito Conjugal" OR "Estado Conjugal" OR cônjuges OR "Conflicto Familiar" OR "Estado Conyugal" OR "satisfacción marital" OR esposos OR "Family Conflict" OR "Conjugal Status" OR spouses OR "Marital Satisfaction Scale" OR "Marital Satisfaction")) AND (tw:(("Terapia de Casal" OR "Terapia de Casais" OR "Terapia Conjugal" OR "Terapia de Parejas" OR "Terapia Conyugal" OR "Terapia Cognitiva" OR psicoterapia OR "Escala de Satisfação Conjugal" OR psicoeducação OR "Filmes e Vídeos Educativos" OR "Recursos Audiovisuais" OR vídeos OR "Terapia Cognitiva" OR psicoterapia OR "Películas y Videos Educativos" OR "Recursos Audiovisuales" OR "Cognitive Therapy" OR psychotherapy OR psychoeducation OR "Instructional Films and Videos" OR "Audiovisual Aids" OR "Couples Therapy" OR "Marital Therapy"))))	842
Lilacs	(tw:(("Satisfação Conjugal" OR "Conflito Familiar" OR "Conflito Conjugal" OR "Estado Conjugal" OR cônjuges OR "Conflicto Familiar" OR "Estado Conyugal" OR "satisfacción marital" OR esposos OR "Family Conflict" OR "Conjugal Status" OR spouses OR "Marital Satisfaction Scale" OR "Marital Satisfaction")) AND (tw:(("Terapia de Casal" OR "Terapia de Casais" OR "Terapia Conjugal" OR "Terapia de Parejas" OR "Terapia Conyugal" OR "Terapia Cognitiva" OR psicoterapia OR "Escala de Satisfação Conjugal" OR psicoeducação OR "Filmes e Vídeos Educativos" OR "Recursos Audiovisuais" OR vídeos OR "Terapia Cognitiva" OR psicoterapia OR "Películas y Videos Educativos" OR "Recursos Audiovisuales" OR "Cognitive Therapy" OR psychotherapy OR psychoeducation OR "Instructional Films and Videos" OR "Audiovisual Aids" OR "Couples Therapy" OR "Marital Therapy"))))	51
PSICOInfo	("Family Conflict" OR "Conjugal Status" OR Spouses OR "Marital Satisfaction Scale" OR "Marital Satisfaction") AND("Cognitive Therapy" OR Psychotherapy OR Psychoeducation OR "Instructional Films and Videos" OR "Audiovisual Aids" OR "Couples Therapy" OR "Marital Therapy")	789
COCHRANE	("Family Conflict" OR "Conjugal Status" OR Spouses OR "Marital Satisfaction Scale" OR "Marital Satisfaction") ("Cognitive Therapy" OR Psychotherapy OR Psychoeducation OR "Instructional Films and Videos" OR "Audiovisual Aids" OR "Couples Therapy" OR "Marital Therapy")	0

3.2.2 Seleção de estudos e critérios de elegibilidade

Após a execução das estratégias de busca, as publicações foram reunidas em uma única base para a exclusão das duplicatas, identificadas por meio do programa End Note®. Na primeira etapa de análise, foram avaliados o título e *abstract* de todos os artigos encontrados. Os artigos incluídos atendiam aos critérios propostos, tendo, em seu corpo de estudo, a verificação de efeitos de programas educacionais preventivos e de intervenção para diversas amostras de casais com enfoque na resolução de conflitos e satisfação conjugal. Os artigos excluídos foram os estudos teóricos, meta-análises e pesquisas que analisaram outras variáveis no casamento, tais como depressão, câncer, alcoolismo ou uso de substâncias psicoativas.

3.3 RESULTADO E DISCUSSÃO

O fluxograma da seleção dos artigos pode ser visualizado na Figura 1. Foram encontrados 1680 estudos, de modo que, após utilizar os critérios de inclusão, foram excluídos 1671, restando 11 artigos para discussão. Ao final, foi inserido um estudo que, embora não tenha aparecido na busca bibliográfica, apresenta critérios que atendem às necessidades a que essa revisão se propõe.

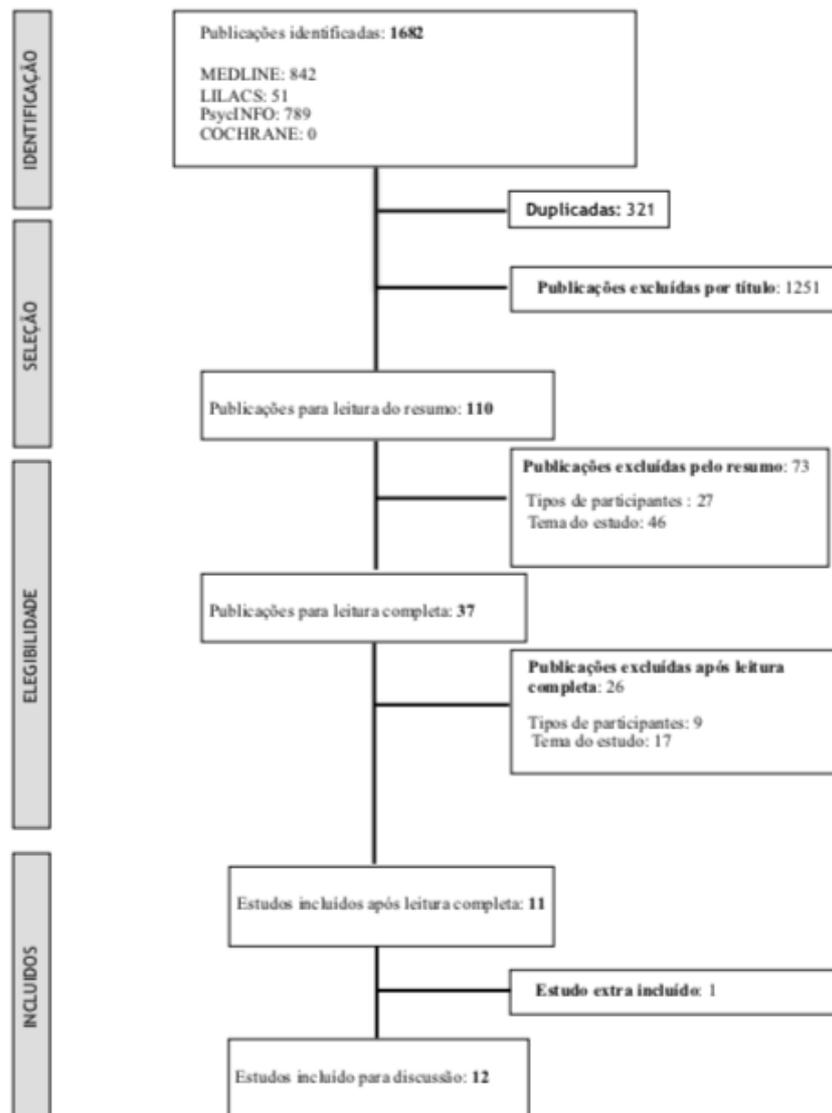


Figura 1. Fluxograma do processo de seleção de publicações para a revisão sistemática.

Os estudos elencados para esta revisão sistemática foram realizados a partir do ano de 2009 em países da América e da Ásia, sendo que 70% foi publicada entre 2015 e 2018. As pesquisas foram realizadas predominantemente nos Estados Unidos, sendo que somente uma delas, realizada em 2016, contempla os conceitos de efetividade de programas de psicoeducação para conflitos e satisfação conjugal em plataformas virtuais. Em relação a tais diretrizes, norteadoras deste estudo, é possível constatar que o Brasil ainda se mostra incipiente quanto à produção de conhecimento científico nessa área, de modo que foi encontrado somente

um estudo que mostrasse a questão da eficácia/efetividade da psicoeducação presencial para casais. Tal pesquisa foi realizada no sul do Brasil com o intuito de produzir mudanças na qualidade das relações e em duas medidas de conflito entre casais: a frequência e as estratégias de resolução.

Tomando como referência os resultados obtidos a partir da revisão de literatura proposta, foram apresentadas, na Tabela 2, as referências dos estudos selecionados, bem como as características da amostra, além dos objetivos e procedimentos realizados. Assim, foi possível identificar duas categorias de objetivos: a) Foco nos tipos de intervenção, on-line e presencial em diferentes abordagens teóricas e populações; b) Foco nos resultados associados à resolução dos conflitos, satisfação conjugal e melhoria das relações interpessoais. Desta forma, a primeira categoria refere-se aos tipos de intervenção utilizados pelos estudos como recursos para verificar a sua eficácia quanto à melhoria da satisfação no relacionamento em diferentes populações com base em abordagens diversas ao passo que a segunda categoria contempla os tipos de resultados obtidos a partir das mudanças na relação, associadas à resolução de conflitos, satisfação conjugal e melhoria das relações interpessoais.

Tabela 2

Estudos selecionados para a revisão sistemática de acordo com a modalidade de intervenção

Id, Autores, Ano, local	Presencial/ Online	Objetivos	Procedimentos
<p>1 The Effects of a Couple Communication Program on the Conflict Resolution Skills and Active Conflict Tendencies of Turkish Couples</p> <p>Karahan T. F. , 2009,Turquia</p>	Presencial	Avaliar os efeitos de um programa de comunicação em uma amostra de 40 casais sobre a frequência e intensidade dos conflitos nas relações conjugais.	Com o pré teste observou-se que todos os casais independente do grupo que participavam apresentavam problemas com conflitos ativos e maneiras insuficientes de resolver os conflitos. No testes após o experimento, sendo esses pós teste, 3 e 6 meses observou-se que os grupos de casais que participaram ativamente do programa tiveram resultados significativamente melhores do que os do grupo controle. Sendo assim o programa de comunicação entre casais gerou resultados positivos em relação aos conflitos ativos e na maneira de resolver os conflitos para os participantes a curto e longo prazo.
<p>2 The Effects of Marriage Education for Army Couples with a History of Infidelity</p> <p>Allen, E. S., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., Loew, B., & Markman, H. J. (2012), EUA</p>	Presencial	Avaliar o impacto da intervenção PREP (<i>Prevention and Relationship Education Program</i>) em 662 casais do Exército americano (com histórico de infidelidade ou não) sobre a satisfação conjugal e habilidades de comunicação.	Com a análise dos resultados, observou-se que ter um histórico de infidelidade moderou significativamente o impacto do PREP para a satisfação conjugal, com tendências de incidir também nas habilidades de comunicação do casal. No grupo designado para o PREP, os casais com infidelidade apresentaram maiores ganhos de satisfação conjugal em relação aos casais sem infidelidade, observou-se também um efeito principal significativo do grupo na satisfação conjugal após a intervenção, controlando a satisfação conjugal pré-intervenção. De modo geral oferecer educação conjugal para casais com histórico de infidelidade pode ser indicado e, de fato, pode ser benéfico, pelo menos no curto prazo.

Id, Autores, Ano, local	Presencial/ Online	Objetivos	Procedimentos
<p>3 Is Skills Training Necessary for the Primary Prevention of Marital Distress and Dissolution? A 3-Year Experimental Study of Three Interventions</p> <p>Rogge, R. D., Cobb, R. J., Lawrence, E., Johnson, M. D., & Bradbury, T. N. (2013), EUA</p>	Presencial	<p>Avaliaa eficácia do PREP (<i>Prevention and Relationship Education Program</i>), CARE (<i>Compassionate as Accepting Relationships Through Empathy</i>) e RA (<i>Relationship awareness</i>) sobre a satisfação conjugal, resolução de conflitos, validação afetiva e perdão em 174 casais noivos ou casados por no máximo 3 anos</p>	<p>Os casais na condição sem tratamento dissolveram suas relações em uma taxa mais alta (24%) do que os casais que completaram PREP, CARE e RA, que não diferiram nas taxas de dissolução (11%). PREP e CARE produziram efeitos não intencionais em mudanças de 3 anos nos comportamentos relatados de relacionamento. Em conclusão destaca-se o valor potencial de intervenções custo-efetivas, como AR, indicam dúvidas sobre os benefícios exclusivos de intervenções baseadas em habilidades para prevenção primária de disfunção de relacionamento e levantam a possibilidade de intervenções baseadas em habilidades de sensibilização de casais.</p>
<p>4 The Effect of Cognitive-Behavioral Group Marital Therapy on Marital Happiness and Problem Solving Self-Appraisal</p> <p>Bélanger, C., Laporte, L., Sabourin, S., & Wright, J. (2015), EUA</p>	Presencial	<p>Investigar os efeitos da intervenção <i>The Couples Survival Program</i> em grupo sobre o ajustamento de 30 casais e sua autoavaliação das atividades de resolução de problemas.</p>	<p>A terapia foi eficaz na melhoria do ajustamento global do casal e da auto avaliação da resolução de problemas. O programa teve um efeito significativo na melhoria das habilidades de auto percepção de resolução de problemas, dependendo do nível inicial de habilidade de resolução de problemas auto avaliada pelos cônjuges.</p>
<p>5 PREDICTING CHANGE IN MARITAL SATISFACTION THROUGHOUT EMOTIONALLY FOCUSED COUPLE THERAPY</p> <p>Dalgleish, T. L., Johnson, S. M., Burgess Moser, M., Lafontaine, M. F., Wiebe, S. A., & Tasca, G. A. (2015), EUA</p>	Presencial	<p>Testar o modelo de terapia focada nas emoções, para orientar os terapeutas no uso de EFT, em 32 casais</p>	<p>A avaliação da segurança do apego no início da terapia informou aos terapeutas as estratégias reguladoras da emoção usadas pelos casais e puderam ajudar os casais a obter resultados positivos da EFT.</p>

Id, Autores, Ano, local	Presencial/ Online	Objetivos	Procedimentos
<p>6 Effects of a Brief Psychoeducational Intervention for Family Conflict: Constructive Conflict, Emotional Insecurity and Child Adjustment</p> <p>Miller-Graff, L. E., Cummings, E. M., & Bergman, K. N. (2016), EUA</p>	Presencial	Avaliar o programa de Comunicação familiar sobre comportamentos construtivos de conflito conjugal, segurança emocional e o ajustamento dos adolescentes, em 225 Famílias com pelo menos 1 filho criança ou adolescentes	Os resultados indicaram que o tratamento foi eficaz em aumentar os comportamentos construtivos de conflito e diminuir comportamentos destrutivos de conflito. Para o Grupo de Pais - Adolescentes, os comportamentos de conflito construtivo pós-teste previram diretamente níveis mais baixos de comportamentos de externalização de adolescentes e aos 6 meses seguintes. As habilidades de conflito construtivo pós-teste também afetaram indiretamente os comportamentos de internalização dos adolescentes por meio da segurança emocional. Os resultados indicam o uso de uma breve intervenção psicoeducacional para melhorar o conflito pós-tratamento e a segurança emocional sobre relacionamentos interparentais.
<p>7 The Heart of Change: Acceptance and Intimacy Mediate Treatment Response in a Brief Couples Intervention</p> <p>Hawrilenko, M., Gray, T. D., & Córdova, J. V. (2016), EUA</p>	Presencial	Avaliar os efeitos de uma intervenção breve (<i>The Marriage Checkup</i>) em 215 casais	Foram obtidas estimativas de intervalos de confiança ao nível de 95% de probabilidade, média e desvio padrão na apresentação dos resultados.

Id, Autores, Ano, local	Presencial/ Online	Objetivos	Procedimentos
<p>8 A Randomized Controlled Trial of the Web-Based OurRelationship Program: Effects on Relationship and Individual Functioning</p> <p>Doss, B. D., Cicila, L. N., Georgia, E. J., Roddy, M. K., Nowlan, K. M., Benson, L. A., & Christensen, A. (2016), EUA</p>	Online	<p>Testar a eficácia do programa <i>OurRelationship</i> on-line sobre a satisfação no relacionamento e a qualidade de interações negativas em 300 casais</p>	<p>Ao comparar o grupo em atividade com o controle, os casais de intervenção relataram melhorias significativas na satisfação, confiança e qualidade do relacionamento. E ainda resultados significativos positivamente foram obtidos quando os indivíduos iniciaram o programa com dificuldades de depressão, ansiedade, saúde, trabalho e qualidade de vida. Para concluir o programa de OR foi eficaz em melhorar significativamente o relacionamento e o funcionamento individual, sugerindo que ele pode aumentar substancialmente o alcance das intervenções atuais por meio de seu formato baseado no programa de baixo custo.</p>
<p>9 Effect of Marital Relationship Enrichment Program on Marital Satisfaction, Marital Intimacy, and Sexual Satisfaction of Infertile Couples</p> <p>Masoumi, S. Z., Khani, S., Kazemi, F., Kalhori, F., Ebrahimi, R., & Roshanaei, G. (2017), Irã</p>	Presencial	<p>Especificar o efeito da intervenção preventiva <i>Marital Relationship Enrichment</i> sobre a satisfação conjugal e sexual em 50 casais inférteis</p>	<p>Ao comparar os resultados em média dos pré-testes aos resultados imediatamente após o teste e em 8 semanas, observou-se que o programa de enriquecimento do relacionamento conjugal aumentou significativamente a satisfação sexual e conjugal. O mesmo foi observado em relação aos resultados em média para a intimidade conjugal imediatamente após o teste e em 8 semanas sob a influência do programa.</p>
<p>10 The Effectiveness of Solution-Focused Brief Couple Therapy on Marital Satisfaction Among Married Prisoners and Their Wives</p> <p>Jalali, F., Hashemi, S., Kimiaei, S., Hasani, A., & Jalali, M. (2018), Irã</p>	Presencial	<p>Determinar a eficácia da intervenção <i>Solution-Focused Brief Couple Therapy</i> sobre a satisfação conjugal, comunicação, resolução de conflitos e distorção cognitiva em 50 presos e esposas.</p>	<p>Os resultados mostraram que a satisfação conjugal aumentou entre os detentos e suas esposas, bem como a comunicação, resolução de conflitos e distorções idealistas. Assim, os princípios e técnicas do SFBCT tiveram um efeito sobre a satisfação conjugal deste grupo em particular.</p>

Id, Autores, Ano, local	Presencial/ Online	Objetivos	Procedimentos
<p>11 Efficacy of Emotion-Focused Couples Communication Program for Enhancing Couples' Communication and Marital Satisfaction Among Distressed Partners</p> <p>Vazhappilly, J. J., & Reyes, M. E. S. (2018), EUA</p>	Presencial	Investigar a eficácia do Programa de Comunicação de Casais Focados na Emoção para melhorar a comunicação conjugal e a satisfação em 32 casais .	De modo geral os resultados mostraram efeitos significativos. Com isto pode-se concluir que o "Programa de Comunicação de Casais Focados em Emoções" é uma ferramenta eficaz para melhorar a comunicação e a qualidade do casamento, afirmando, assim, que uma comunicação saudável entre os parceiros garante maior satisfação conjugal em uma relação conjugal.
<p>12 Couple relationship education program "Living as Partners": evaluation of effects on marital quality and conflict</p> <p>Neuman, Wagner & Remco, (2018), Brasil</p>	Presencial	Avaliar a capacidade do programa de educação sobre relacionamentos "Vivendo como Parceiros: Transformando Desafios em Oportunidades" sobre a qualidade conjugal e três dimensões do conflito do casal: frequência, intensidade e estratégias de resolução.	Os resultados mostram que o programa produziu efeitos imediatos em todas as variáveis de desfecho, que se mantiveram significativas após 5 meses, com exceção da qualidade conjugal e da estratégia de adesão. Esses resultados mostraram tamanhos de efeito variando de baixos a altos níveis.

A partir dos resultados levantados, considerando a primeira categoria em que são divididas as pesquisas conforme os tipos de intervenção, foi possível aferir que dos doze estudos encontrados, um (9,10%) avaliou o efeito de uma intervenção on-line, ao passo que os outros onze (90,90%) investigaram intervenções presenciais. O único estudo online (Doss et al., 2016), avaliou a eficácia do programa *OurRelationship* no que diz respeito à satisfação no relacionamento e a qualidade de interações negativas. Os resultados mostraram um aumento da satisfação e da qualidade do relacionamento. Esta pesquisa, apesar de única, aponta para a viabilidade do uso de estratégias para intervenção online para casais haja vista que foram obtidas melhorias em quesitos como depressão, ansiedade, saúde, trabalho e qualidade de vida, atreladas ao baixo custo, tendo ainda a questão do baixo custo como fator adicional que aponta para a efetividade. A esse respeito, é possível fazer uma articulação com a ideia proposta por Glasgow et al. (1999) de que alcançar o nível ideal entre eficácia e alcance, é o foco das intervenções desenvolvidas em plataformas virtuais. Tais recursos atuam como potencializadores do alcance das intervenções, ao preencher lacunas entre programas de enriquecimento conjugal presencial e terapia de casal, possibilitando a superação de barreiras financeiras e logísticas, consideradas impeditivas por muitos casais.

Todas as demais investigações foram realizadas em modalidades presenciais, de modo que todas estavam interessadas na resolução dos conflitos, satisfação conjugal e melhoria das relações interpessoais. Dessa forma, a partir de agora, considerando que os resultados do único estudo on-line mostraram um aumento da satisfação e da qualidade do relacionamento, é possível dividir os demais estudos que restaram conforme a segunda categoria, que está voltada aos tipos de resultados.

Assim, foi possível constatar que o tema da satisfação conjugal apareceu em 45,5% das pesquisas selecionadas. Por exemplo, os dois estudos iranianos analisados encontraram que intervenções presenciais possuíam um aumento na satisfação conjugal e sexual (Jalali et al., 2018; Masoumi et al., 2017) utilizando-se de dois programas psicoeducativos distintos. Em um deles, observou-se que o programa de enriquecimento do relacionamento conjugal aumentou significativamente a satisfação sexual e conjugal. Tais dados também foram observados em relação aos resultados em média para a intimidade conjugal imediatamente após o teste e em oito semanas sob a influência do programa. O outro programa, por sua vez, revelou que a satisfação conjugal aumentou entre os detentos e suas esposas, bem como a comunicação, resolução de conflitos e distorções idealistas. No mesmo sentido, o aumento da satisfação conjugal foi encontrado também em grupos de casais que tinham histórico de infidelidade conjugal (Allen, Rhoades, Stanley, Loew & Markman, 2012), de modo que o resultado demonstrou que casais com infidelidade apresentaram maiores ganhos de satisfação conjugal em relação aos casais sem infidelidade, o que comprova que de modo geral, oferecer educação conjugal para casais com histórico de infidelidade pode ser indicado e, de fato, benéfico, ao menos a curto prazo.

No Brasil, somente um estudo se mostrou interessado nos efeitos de eficácia/efetividade da psicoeducação presencial para casais. O programa intitulado ‘Vivendo como parceiros: transformando desafios em oportunidades’ (Neuman et al., 2018), foi dividido em oficinas que continham temas sobre conflito, intimidade, tempo de lazer e satisfação a dois. Os resultados apontam para um aumento nos níveis de qualidade conjugal dos maridos, uma diminuição da frequência de conflitos e no uso da estratégia de conformidade para as esposas, imediatamente ao término das oficinas. Esses resultados corroboram com a literatura que apresenta sólidos imediatos índices frente a programas de educação conjugal sobre a melhoria na qualidade do relacionamento conjugal (Dew & Wilcox, 2011; Ditzen, Hahlweg, Fehm-Wolfsdorf & Baucom, 2011), e nas estratégias de resolução de conflitos (Antle & Wise, 2013; Carlson et al., 2017; Cox & Shirer, 2009).

A comunicação conjugal e familiar apareceu em 45,5% das pesquisas. Karahan (2009) investigou os efeitos de um programa presencial de comunicação em relação à frequência e intensidade dos conflitos nas relações conjugais. Foi possível observar que após três e seis meses, que foram os prazos de aplicação dos pós teste, os grupos de casais que participaram ativamente do programa tiveram resultados significativamente melhores do que os do grupo controle, o que permite o entendimento de que tal recurso de comunicação possibilitou ganhos efetivos em relação aos conflitos ativos e à maneira de resolvê-los a curto e longo prazo. No mesmo sentido, Miller-Graff, Cummings e Bergman (2016) realizaram um estudo que teve por objetivo avaliar o programa de comunicação familiar sobre comportamentos construtivos de conflito conjugal, segurança emocional bem como o ajustamento dos adolescentes. Os resultados indicaram que o tratamento foi eficaz em aumentar os comportamentos construtivos de conflito e diminuir comportamentos destrutivos de conflito. Ademais, foi observado que as habilidades de conflito construtivo pós-teste também influenciaram, indiretamente, os comportamentos de internalização dos adolescentes a partir da segurança emocional. Assim, foi possível constatar o uso favorável de uma breve intervenção psicoeducacional para melhorar o conflito pós-tratamento e a segurança emocional diante de relacionamentos interparentais.

Já a pesquisa de Vazhappilly e Reyes (2018) buscou investigar a eficácia do Programa de Comunicação de Casais Focados na Emoção para melhorar a comunicação conjugal e a satisfação. Os resultados apontam que o programa melhora a comunicação e a qualidade do casamento, o que confirma a ideia de que uma comunicação saudável entre os parceiros garante maior satisfação em uma relação conjugal, conforme fora assinalado anteriormente: comportamentos como comunicação respeitosa, clareza, autocontrole, flexibilidade e tolerância e busca conjunta por soluções estão inseridas na gama de estratégias construtivas (Anderson, Van Ryzin & Doherty, 2010; Sierau & Herzberg, 2012; Sullivan et al., 2010; Wheeler, Updegraff & Thayer, 2010; Whiting, 2008). Ademais, corrobora a ideia de que a terapia de casal é apontada como uma das alternativas para lidar com os descontentamentos e adversidades nas relações conjugais (Snyder et al., 2006).

A resolução de conflitos, que apareceu 45,5% dos estudos, foi outro assunto tratado pelas pesquisas. Bélanger, Laporte, Sabourin e Wright (2015) investigaram os efeitos de um programa presencial acerca do ajustamento de casais e sua autoavaliação das atividades de resolução de problemas. Neste caso, foi observado que o programa proporcionou significativos efeitos na melhoria das habilidades de auto percepção de resolução de problemas, em comparação com o nível inicial apresentado pelos cônjuges. Considerando a questão levantada pelo presente estudo no que se refere à efetividade de vídeos psicoeducativos quanto a resolução

de conflitos e satisfação conjugal, tais resultados estão em consonância com dados existentes na literatura sobre a capacidade dos programas de educação de relacionamento em produzir melhorias imediatas na qualidade do relacionamento conjugal (Carlson et al., 2017; Ditzen et al., 2011) e nas estratégias de resolução de conflitos (Antle & Wise, 2013; Carlson et al., 2017; Cox & Shirer, 2009). Já os estudos de Rogge et al. (2013), tendo como referência o PREP (*Prevention and Relationship Education Program*), CARE (*Compassionate as Accepting Relationships Through Empathy*) e RA (*Relationship Awareness*) avaliaram a resolução de conflitos, validação afetiva e perdão em casais noivos ou casados por no máximo três anos, encontrando que os casais na condição sem tratamento dissolveram suas relações em uma taxa mais alta (24%) do que os casais que completaram PREP, CARE e RA, que não diferiram nas taxas de dissolução (11%). Assim, PREP e CARE produziram efeitos não intencionais em mudanças de três anos nos comportamentos relatados de relacionamento. Tal fato aponta para um alerta acerca do potencial de intervenções custo-efetivas, o que coloca em xeque os benefícios exclusivos de intervenções baseadas em habilidades para prevenção primária de disfunção de relacionamento e levantam a possibilidade de intervenções baseadas em habilidades de sensibilização de casais.

Em relação aos temas que apareceram com menor frequência e seus respectivos resultados, um deles envolveu uma pesquisa voltada à terapia focada nas emoções (9,10%). Dalglish et al. (2015), que encontraram resultados de que sugeriram que os indivíduos com maior ansiedade de apego ao auto relato e maiores níveis de controle emocional tiveram maior mudança na satisfação conjugal durante as sessões de EFT (*Emotion Focused Therapy*), traduzida como Terapia Focada nas Emoções. A avaliação da segurança do apego no início da terapia informou aos terapeutas as estratégias reguladoras da emoção usadas pelos casais, o que favoreceu a obtenção de resultados positivos diante da EFT. Outro estudo, baseado num modelo de intervenção psicoeducacional breve (9,1%) foi desenvolvido nos EUA por Hawrilenko, Gray e Córdova (2016) e examinou os papéis da aceitação, segurança íntima e ativação na promoção de mudanças de curto e longo prazo na satisfação do relacionamento. Os resultados mostraram que a variável aceitação apresentou ganhos precoces de tratamento, sendo responsável por mudanças longitudinais na satisfação de relacionamento no primeiro ano do estudo e indiretamente preveniu a deterioração da satisfação conjugal no grupo de tratamento durante o período de acompanhamento. Já no que se refere à segunda variável, a associação entre mudanças precoces na segurança íntima e mudanças subsequentes na satisfação conjugal foi limítrofe ao longo do primeiro ano de tratamento, mas não foi replicada no segundo ano, apesar de uma sensibilidade. A ativação, por sua vez, foi responsável por pouco da variabilidade na

satisfação e nenhuma quando o modelo incluiu segurança e aceitação íntimas. Tal artigo traz importantes contribuições quanto ao papel que mudanças nos fatores de risco podem desempenhar para os ganhos na satisfação de relacionamentos, revelando o potencial que há em se dirigir futuros esforços como forma de impulsionar o tratamento e a satisfação conjugal.

Após a apresentação mais detalhada dos resultados obtidos pelas pesquisas, é possível sinalizar que há ressonâncias entre os artigos no que se refere aos métodos de amostragens bem como técnicas estatísticas utilizadas para avaliação dos resultados. Assim, seis dos artigos utilizaram modelagem estatística multinível ao passo que os demais optaram por análises estatísticas descritivas, teste de hipóteses, testes de correlação, e análises de variâncias univariadas e multivariadas.

Os estudos foram aplicados em diferentes tipos de amostra e a apreciação dos efeitos a longo prazo requer análises mais aprofundadas. Porém, naqueles estudos em que as amostras foram acompanhadas (estudos 1,3,6 e 9), há evidências de que os efeitos possam ser estendidos a prazos maiores de tempo. A curto prazo, todos os estudos em questão apontaram para ganhos e melhorias de sintoma quando do uso dos referidos programas, o que corrobora a ideia exposta na literatura de que as Tecnologias da Informação e Comunicação (TIC) promovem novas possibilidades, transpondo barreiras territoriais, espaciais e temporais.

Por meio de uma análise global, é possível apontar que programas psicoeducativos com foco em conflitos, comunicação conjugal e resoluções de problemas apresentam significativos efeitos diante das estratégias de enfrentamento de conflitos. Isto pode indicar que podendo indicar que, tanto terapias conjugais, quanto programas preventivos, sugerem efeitos com melhorias significativas e positivas frente às intervenções (ver Hawkins & Fackrell, 2010, para uma revisão; Shapiro & Gottman, 2005; Stanley, Amato, Johnson & Markman, 2006). Tais efeitos diante das intervenções nos processos e resultados de relacionamentos autorrelatados por casais são evidenciados em várias pesquisas, indicando experimentos com avaliações de seguimento de curto, médio e longo prazo e condições de tratamento teoricamente informativas.

Por fim, foi possível constatar que as pesquisas na área apontam para a ideia, já sinalizada anteriormente pela literatura, de que frequentemente, a medida de satisfação conjugal vem sendo utilizada na pesquisa brasileira e internacional (Dela Coleta, 1992; Norgren et al., 2004; Scorsolini-Comin & Santos, 2012). No entanto, há que se apontar limitações quanto a tais estudos. Uma delas, refere-se justamente à natureza do conceito de satisfação conjugal, que é subjetivo e complexo: a atualidade do tema "satisfação conjugal" é algo destacado na literatura; porém a complexidade da sua compreensão é inegável pelos pesquisadores, tendo em vista os conceitos correlacionados quando essa está sendo investigada (Mosmann et al.,

2006). Qualidade conjugal, ajustamento didático, sucesso conjugal ou outros dificulta a operacionalização das medidas desse construto (Dela Coleta, 1992; Norgren et al., 2004; Scorsolini-Comin & Santos, 2012).

No entanto, apesar da dificuldade de mensuração apresentada pelo constructo “satisfação conjugal”, há que se considerar a relevância que ele apresenta nos relacionamentos interpessoais, o que pode ser confirmado pelo dado de que os primeiros estudos sobre terapia de casal, encontrados na literatura a partir de 1970, apresentavam como foco a satisfação conjugal, as interações positivas, as habilidades de comunicação e a resolução de conflitos. (Jacobson, 1978, N. S. Jacobson, 1979). Ademais, as pesquisas em psicoterapia de casal revelam que, embora haja pontos de divergência e falta de clareza em termos como “positividade” e “negatividade” nas relações conjugais, existem, por outro lado, pontos comuns que facilitam a compreensão desse fenômeno. O papel da comunicação, da empatia, do perdão, do apoio mútuo, da confiança e da resolução de conflitos na conjugalidade parece, efetivamente, estar relacionado aos níveis de satisfação conjugal (Aalgaard et al., 2016; Sevier et al., 2008).

Diante de tudo o que fora exposto, salienta-se a importância da continuidade dos estudos nessa área, afinal, mais do que obter resultados conclusivos, o que se pretende é que ao lançar luz sobre a contribuição que programas interventivos podem oferecer à melhoria da satisfação conjugal e resolução de conflitos, o campo de pesquisa seja fomentado nesse sentido em relação às modalidades on-line e presencial, em diferentes abordagens teóricas e populações já que os resultados encontrados sinalizaram o quanto tais recursos têm a contribuir para a melhoria da satisfação conjugal, dado que encontra-se em consonância com o que fora levantado pela revisão de literatura realizada.

4 ESTUDO II

4.1 UMA INTERVENÇÃO EM VÍDEOS PARA CASAIS: PESQUISA EMPÍRICA

Compreender as estratégias com as quais os casais resolvem seus conflitos vem sendo alvo de pesquisas há mais de cinco décadas (Fincham, 2003; Mitchell, Bullard & Mudd, 1962). Na literatura internacional, temas como frequência do conflito, conteúdo, o reconhecimento dos cônjuges na existência ou não de problemas e as estratégias para resolvê-los são parte da maioria dos estudos (Benetti, 2006; Cummings, 1998). Como parte natural do processo de interação a dois, as estratégias que os casais utilizam para resolverem os conflitos podem ser determinantes para a qualidade do relacionamento amoroso (Neumann et al., 2018). Comportamentos como comunicação respeitosa, clareza, autocontrole, flexibilidade e tolerância e busca conjunta por soluções estão inseridas na gama de estratégias construtivas. Identificação de culpados, comportamentos de esquiva, hostilidade, negatividade e reclamações são, por sua vez, parte da gama de comportamentos destrutivos (Anderson et al., 2010; Sierau & Herzberg, 2012; Sullivan et al., 2010; Wheeler et al., 2010; Whiting, 2008).

Em uma revisão sistemática feita por Mosmann et al. (2006), com enfoque nos conflitos e estratégias de resolução, foi demonstrado que existe uma preocupação crescente dos pesquisadores em desenvolver estudos que comprovem as evidências de eficácia e efetividade das psicoterapias. As principais abordagens teóricas encontradas foram a comportamental, cognitivo-comportamental, sistêmica e psicodinâmica. A esse respeito, a revisão sugere que deve haver, por parte dos pesquisadores, uma preocupação em qualificar suas pesquisas por meio de delineamentos mais sofisticados do ponto de vista metodológico.

Programas de educação conjugal tendem a produzir mudanças nas medidas de conflito e nas estratégias destinadas a modificar o estilo de enfrentamento dos casais frente aos mesmos. O programa pioneiro no Brasil “Viver como Parceiros: Transformando Desafios em Oportunidades” apresenta resultados concretos e sólidos sobre a capacidade em produzir melhorias imediatas na frequência e estratégias de resolução de conflitos (Neumann et al., 2018).

Neumann et al. (2018) consideram que, embora programas de educação conjugal sejam uma novidade no Brasil, podem ser recomendados como intervenções eficazes em grupo, podendo preenchendo lacunas existentes nas intervenções direcionadas à prevenção e promoção de bem-estar dos casais e das famílias. Além de produzir melhorias na qualidade conjugal a curto prazo (Ditzen et al., 2011), um dos objetivos dos programas de educação

conjugal é reduzir o declínio da satisfação conjugal, que é uma tendência a longo prazo (Kurdek, 1994; Lavner, Karney & Bradbury, 2014)

Um estudo realizado por Babcock et al. (2013) testou os moderadores do resultado do tratamento do "Workshop de Arte e Ciência do Amor", uma intervenção psico-educativa em um grupo de 80 casais em dificuldades. Aprimoramento da amizade e gerenciamento dos conflitos foram avaliados em três desfechos: satisfação no relacionamento, qualidade na amizade e conflito destrutivo no pré, pós e um ano após a intervenção. Todos os indícios levaram ao aumento da satisfação conjugal e diminuíram os problemas de amizade e conflito destrutivo no período de um ano.

Diante dessas evidências, tanto as intervenções presenciais em terapia de casal quanto as em programas de educação conjugal vêm sendo pesquisadas na literatura há tempos. Entretanto, programas de educação conjugal que visam promover prevenção de crises e bem-estar conjugais em plataformas virtuais ainda são incipientes na literatura. Nesse sentido, o único programa encontrado utilizando plataformas virtuais como promotoras de melhorias na qualidade conjugal, aponta que essa intervenção é eficaz em aumentar a satisfação do relacionamento; porém, mostra-se menos eficaz quando comparada à terapia de casal de alta qualidade (Heavey, Christensen & Malamuth, 1995). Com isso, este estudo, que objetiva avaliar os efeitos de um programa de psicoeducativo para casais por meio de vídeo sessões, torna-se elementar no cenário atual.

4.2 OBJETIVOS

4.2.1 Objetivos gerais

O presente estudo propõe-se a avaliar os efeitos de um programa de psicoeducação por meio de vídeos para casais sobre os conflitos, afetividade e satisfação conjugais.

4.2.2 Objetivos específicos

- a) Verificar se a psicoeducação modifica a intensidade e a frequência do conflito e da afetividade;
- b) Verificar se a psicoeducação promove benefícios para a satisfação conjugal;

- c) Investigar o efeito da psicoeducação em relação com baixos e altos índices de afetividade e de conflito.

4.3 HIPÓTESE

Acredita-se que a psicoeducação por meio de plataformas virtuais, ao modificar a maneira como os cônjuges lidam com seus impasses diários, melhora a percepção do casal em relação à satisfação conjugal e diminui a frequência dos conflitos entre eles.

4.4 MÉTODO

4.4.1 Participantes

A amostra inicial foi constituída por 307 participantes no pré teste, sendo que 25% (n = 77) eram do sexo masculino e 75% (n = 230) do sexo feminino. Dessa amostra, 73% (n = 225) relataram morar juntos estando casados oficialmente; 23% (n = 71) estão em união estável e 4% (n = 11) moraram juntos, porém como namorados. Os participantes homens tinham idade média de 38,47 anos (DP = 7,81) e as mulheres 37,13 anos (DP = 8,47). O tempo médio de relacionamento foi de até cinco anos para 41% (n = 125), de 5 a 10 anos para 14% (n = 42) e mais de 10 anos para 45% (n = 139). A maioria dos participantes (58%) tinham filhos, apesar de 47% (n = 144) relatar que os filhos não moram na mesma residência dos pais. Parte significativa da amostra havia concluído ou estava cursando pós-graduação e tinha um emprego remunerado, com renda média de sete a nove salários mínimos.

A amostra final (após o pós-teste) foi composta por 163 participantes, com idade média de 38,10 anos (DP = 8,86) para homens e 38,48 anos (DP = 8,78) para mulheres. Entre pessoas que permaneceram até o final da pesquisa, 50% (n = 82) relataram ter mais de 10 anos de relacionamento, enquanto 11% (n = 18) eram casais recém casados com até três anos de relacionamento. A grande maioria dessa amostra (78%, n = 127) apresentou alta escolaridade, cursando pós-graduação. A renda foi de até três salários mínimos para 31% (n = 52) superior a 10 salários para 25 % (n = 41) da amostra.

Da amostra inicial, 144 participantes (46,90%) não completaram as etapas de intervenção e pós-teste. Uma comparação entre as variáveis dependentes utilizadas neste estudo (conflito, afetividade e satisfação conjugal) entre a amostra que completou toda a pesquisa e a

que evadiu mostrou duas diferenças significativas dentre as oito pesquisadas. O grupo que evadiu possui menos estratégias de acordo ($t=2,09$, $p<0,05$) e mais de ataque ($t=2,49$, $p<0,05$) do que o que completou todo o estudo.

Os casais foram selecionados por conveniência, tendo sido convidados pela redes sociais. Foram excluídos da amostra os participantes que estavam fazendo terapia individual ou de casal durante o tempo da pesquisa e aqueles que não atendiam ao critério de inclusão, qual seja era estarem casados ou vivendo juntos por no mínimo seis meses. Na Tabela 3 podem ser encontrados dados referentes às características da amostra.

Tabela 3

Análise descritiva das características sociodemográficas da amostra no pré e pós-teste

	Pré-teste		Pós-teste	
	Masculino	Feminino	Masculino	Feminino
Idade#	38,47 (7,81)	37,13 (8,47)	38,10 (8,86%)	38,48 (8,78%)
Escolaridade				
Médio com/inc	4 (5,20%)	17 (7,40%)	3 (7,30%)	2 (1,60%)
Superior com/inc	22 (28,60%)	49 (21,30%)	9 (22,00%)	22 (18,00%)
Pós-graduação com/inc	51 (66,20%)	164 (71,3%)	29 (70,70%)	98 (80,30%)
Renda				
Sem renda	1 (1,30%)	32 (13,90%)	1 (2,40%)	1 (0,80%)
1 a 3 SM	14 (18,20%)	66 (28,60%)	8 (19,50%)	29 (23,80%)
4 a 6 SM	12 (15,60%)	61 (26,50%)	5 (12,20%)	40(32,80%)
7 a 9 SM	20 (26,00%)	26 (11,30%)	11 (27,80%)	14 (11,50%)
10 ou mais	30 (39,00%)	45 (19,60%)	16 (39,00%)	25 (20,50%)
Tempo de relacionamento#				
Até 5 anos	34 (44,20%)	91 (39,60%)	19 (46,30%)	43 (35,20%)
De 5 a 10 anos	11 (14,30%)	31 (13,50%)	5 (12,20%)	13 (10,70%)
Mais de 10 anos	32 (41,60%)	107 (46,50%)	17 (41,5%)	65 (53,30%)
Filhos				
Sim	40 (51,90%)	146 (63,50%)	20 (48,80%)	74 (60,70%)
Não	37 (48,10%)	80 (36,50)	21 (51,20%)	48 (39,30%)

#Variáveis intervalares estão descritas na forma de média e desvio-padrão e nominais por frequência e porcentagem.

4.5 INSTRUMENTOS

4.5.1 Questionário Sociodemográfico

Os participantes preencheram um questionário de dados de identificação (APÊNDICE A) construído pela autora desta pesquisa, com a finalidade de investigar questões sociodemográficas (sexo, idade, religião, nível de escolaridade e renda pessoal). Além de capturar o email e WhatsApp do participante, os quais seriam elos de identificação para as etapas online seguintes.

4.5.2 Questionário de Identificação Qualitativa sobre o Relacionamento

Posterior ao questionário sociodemográfico, os participantes preencheram um questionário qualitativo (APÊNDICE B) que investigava itens específicos sobre o relacionamento conjugal (tempo de relacionamento: namoro e casamento, histórico de casamentos anteriores, presença ou não de filhos, com as respectivas idades, e se já foram pacientes em terapia).

4.5.3 *Conflict Resolution Behavior Questionnaire* (CRBQ, Rubenstein e Feldman, 1993)

O CRBQ avalia a frequência com que são utilizados determinados comportamentos na resolução de conflitos, sendo composto por 22 itens medidos por meio de uma escala Likert de cinco pontos, variando de 1 (nunca) a 5 (sempre). Os itens da escala são divididos em três dimensões: ataque, composta por nove itens; evitação, composta por oito itens; e acordo, composta por cinco itens. Estratégias de ataque dizem respeito a ataques físicos ou verbais ao cônjuge, enquanto que a evitação refere-se ao afastamento do conflito ou a guardar sentimentos para si mesmo (Rubenstein & Feldman, 1993). Esse instrumento foi desenvolvido para adolescentes e adaptado para o uso com casais por Shulman, Tuval-Mashiach, Levran e Anbar (2006). O estudo de Delatorre e Wagner (2015) verificou evidências de validade da versão adaptada do Conflict Resolution Behavior Questionnaire (CRBQ) para o português brasileiro (ANEXO A), encontrando níveis de consistência interna que variaram de 0,68 a 0,79.

4.5.4 Familiograma (Teodoro, 2006)

O Familiograma (ANEXO B) avalia a percepção da afetividade e o conflito familiar nas díades familiares (por exemplo, pai-mãe, filho-pai, filho-mãe etc). Afetividade é definida como um conjunto de emoções positivas existentes no relacionamento interpessoal, já conflito é caracterizado como uma gama de sentimentos negativos, que pode ser tanto uma fonte geradora de estresse como de agressividade dentro do sistema familiar. O instrumento avaliou relação dos cônjuges a partir de 11 adjetivos positivos (afetividade) e 11 negativos (conflito), em uma escala que varia de 1 (de jeito nenhum) a 5 (completamente). Teodoro (2006) demonstrou a existência de uma estrutura bifatorial e Alfas de Cronbach variando de 0,87 até 0,97 para o Familiograma.

4.5.5 Escala de Satisfação Conjugal - ESC (Dela Coleta, 1989)

A ESC é uma escala de autoinforme, desenvolvida originalmente em língua espanhola, traduzida e validada para o português por Hernandez et al. (2017) que contém 24 itens e uma escala Likert de três pontos. A escala possui subescalas que avaliam interação conjugal, aspectos emocionais e estruturais. A título de elucidação, tem-se a interação conjugal como a maneira como um cônjuge se comporta na interação com seu par, aspectos emocionais como a maneira como o companheiro expressa sentimentos e como se comporta quando experimenta sentimentos negativos, e os aspectos estruturais como a maneira pela qual o parceiro organiza a própria vida e o impacto que tal organização tem no relacionamento conjugal. A ESC tem sido utilizada frequentemente na pesquisa brasileira. O estudo de Hernandez et al. (2017) revisou a estrutura fatorial da Escala de Satisfação Conjugal (ANEXO C) e apresentou propriedades psicométricas confiáveis tanto para a escala total ($\alpha=0,91$) quanto para suas subescalas: interação conjugal ($\alpha=0,86$), aspectos emocionais ($\alpha=0,81$) e aspectos estruturais ($\alpha=0,79$).

4.6 PROCEDIMENTOS DE INTERVENÇÃO

Os vídeos psicoeducativos utilizados durante a intervenção fazem parte de um programa de educação conjugal, chamado “Projeto Bem Casados”, voltado para promover a saúde dos relacionamentos amorosos. Esse programa foi desenvolvido por Carolina Perrela. A seleção

dos vídeos mais adequados para a pesquisa foi realizada pela autora da pesquisa e pela desenvolvedora do programa. Na primeira etapa, foram selecionados 21 vídeos, cujos títulos e temas são apresentados na Tabela 4. Os vídeos foram divididos em três sessões a serem apresentadas aos participantes em blocos distintos com intervalo de uma semana entre cada sessão. A primeira sessão contou, como tempo máximo de vídeo, 29:74 minutos; a segunda 41:69; e a última etapa finalizou os vídeos em 68:05 minutos. Os vídeos foram confeccionados com temas extraídos do livro *“The 7 Principles for Making Marriage Work”* (Gottman & Silver, 2015).

Tabela 4

Título e tempo do vídeo psicoeducativo

Bloco 1 : Cultivar e Encontrar Vídeos da primeira sessão	Bloco 2 : Validação e Reconhecimento Vídeos da segunda sessão	Bloco 3 : Gerenciamento de Conflitos Vídeos da terceira sessão
Cultivar e Encontrar (6:37) Tema central: Como investir e cuidado das relações.	A casa do relacionamento (7:26) Tema central: Conhecer e ser conhecido Construção do mapa afetivo dos parceiros	A importância dos conflitos (7:05) Tema central: Mitos e crenças sobre conflitos conjugais
Paixão e amor (6:07) Tema central: Diferença entre a paixão e o amor	Mapa do amor (4:16) Tema central: Amizade conjugal	Oportunidades escondidas (4:15) Tema central: Método Gottman de gestão de conflitos
A ciência do amor (4:47) Tema central: Casais mestres e desastres	Intimidade (7:49) Tema central: Validação e reconhecimento	Tipo de Conflitos (10:23) Tema central: Conflitos passíveis de solução e os perpetuais
Qualidade nas interações (6:44) Tema central: Interações positivas e negativas	A importância da comunicação (7:24) Tema central: Estilos de comunicação	Processando Brigas do passado (13:31) Tema central: Modelo de gerenciamento de conflitos para os perpetuais
Conta corrente emocional (6:39) Tema central: Mecanismos para computar créditos emocionais	Saber ouvir (7:00) Tema central: Técnicas para quem fala e para quem escuta	Conflitos atuais (15:12) Tema central: Auto regulação emocional
	Interação positiva (6:00) Tema central: Estilo de comunicação nos eventos positivos	Reparar (3:30) Tema central: Assumir responsabilidade sobre os problemas
	Responsividade (2:54) Tema central: Assertividade conjugal	Sentimentos implícitos (5:31) Tema central: Impasse, o que está por detrás dos conflitos?
		Aceitar Influência (4:16) Tema central: Equilíbrio entre o poder
		Acordo e Perdão (5:42) Tema central: Flexibilidade e Segurança

Os vídeos do primeiro bloco trabalharam mitos e crenças a respeito de uma relação conjugal satisfatória, ajudando os casais a entender porque é tão importante aprender a investir e cuidar de sua relação e como fazer isso de forma assertiva e inteligente, aprendendo a falar a “linguagem do amor” de seu(sua) parceiro(a). Ainda neste bloco, a psicóloga Carolina Perrela diferencia os casais “mestres” dos “desastres” e, além disso, proporciona a oportunidade de que eles possam aprender sobre a importância da frequência de eventos positivos em suas “contas bancárias emocionais”. O modelo replicado neste módulo é do pesquisador e teórico J. M. Gottman (2013), que define os relacionamentos saudáveis ajudando os casais a entender porque a amizade e a intimidade são uma base importante para relações duradouras e felizes.

No segundo bloco, os casais tiveram acesso a vídeos que trabalharam a importância e os cuidados com a relação, bem como o autocuidado. A qualidade da comunicação conjugal entra, aqui, como um indicador para a qualidade da relação amorosa. Neste módulo, os casais aprenderam a ter uma comunicação clara e assertiva, a ponto de perceberem quais são os modelos de interações devem evitar para manter a saúde de um relacionamento.

No último bloco, os conflitos foram trabalhados como os maiores desafios de uma vida a dois. Aqui, os casais irão aprender a fazer uma boa gestão dos conflitos podendo ajudá-los a transformar situações-problema em oportunidades de crescimento, compromisso e intimidade.

Ao longo da intervenção, foi enfatizado que o programa não se tratava de terapia. Em todas as mensagens enviadas via WhatsApp, era descrita a proposta educacional, deixando claro a que, caso algum participante percebesse a necessidade de terapia de casal, deveria informar o fato à pesquisadora.

Importante relatar que em cada sessão, os participantes poderiam assistir aos vídeos separadamente ou em conjunto, embora as atividades conjugais eram sugeridas para serem feitas a dois. As tarefas de casa, descritas na Tabela 5, foram enviadas em formato de PDF evitável para os participantes e não seriam devolvidas para a pesquisadora, ficando somente como sugestão para a prática dos conceitos aprendidos nos vídeos.

Tabela 5

Tarefas de casa para os casais

Bloco 1: As 5 Linguagens do amor	Bloco 2: Construindo um mapa do amor	Bloco 3: Gerenciamento de Conflitos Vídeos da terceira sessão
A importância de se descobrir a linguagem do amor de seu parceiro(a) para cultivar e investir em seu relacionamento	Teste o seu conhecimento sobre o seu relacionamento	Dicas para gerenciamento de conflitos atuais
Lista de sentimentos sobre mágoas e expressão do amor	Amar-se para amar: O que eu mais preciso em mim e em você	Processando eventos do passado
Construindo rituais de conexão-Propulsores de felicidade	Conversa de qualidade, reduzindo o estresse	Criando o senso propósito e significado no casamento

4.7 PROCEDIMENTOS ÉTICOS E DE PESQUISA

O contato com a amostra selecionada foi realizado, exclusivamente, pelo WhatsApp e por e-mail, não havendo, em qualquer momento, encontro presencial com a pesquisadora. Mensagens semanais foram enviadas para os participantes, instruindo-os quanto à sequência e os procedimentos em cada uma das etapas.

O telefone celular da pesquisadora foi disponibilizado caso algum participante sentisse a necessidade de contactá-la em situações específicas. Somente um contato foi realizado ao longo de todo o processo, objetivando atendimento presencial.

As mensagens iniciais foram enviadas com a finalidade de encaminhar o formulário de inscrição on-line para a verificação dos dados sociodemográficos e qualitativos da relação conjugal. O Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE, ANEXO E) foi enviado posteriormente ao cadastro inicial, garantindo, com o seu preenchimento a inclusão definitiva do participante na pesquisa.

Os inventários do pré-testes foram enviados com intervalo de uma semana entre cada. Ao final do prazo de sete dias, após cada inventário enviado, uma mensagem de confirmação era emitida a fim de verificar possíveis dúvidas quanto ao preenchimento.

A etapa seguinte consistiu na intervenção em vídeos, dividida em três baterias. Foi explicado que o acesso aos vídeos seria realizado via login exclusivo e senha, enviado por e-mail, e que todo o conteúdo poderia ser assistido de forma gratuita, com prazo máximo de uma semana entre cada uma das vídeo-sessões. Tarefas de casa conjugais foram elaboradas ao final

de cada bloco, visando promover engajamento com os conteúdos aprendidos pela prática do que foi ensinado na teoria. Ao final do envio dos formulários do pós-teste, os participantes que concluíram todas as etapas ganharam uma palestra bônus sobre “As Cinco Linguagens do Amor”. Na Tabela 6 estão descritas as etapas da intervenção.

Tabela 6

Etapas da intervenção segundo procedimento e método de ação

Etapas	Procedimento	Metodologia	Observações
1	Inscrições	Envio pelas redes sociais do formulário on-line para inscrição	Nesta primeira etapa foram inscritos 321 participantes interessados em participar da pesquisa.
2	Confirmação da participação e TCLE	Envio do formulário de confirmação da participação dos selecionados a partir dos critérios de inclusão:	Nesta segunda etapa foi realizada a verificação dos dados dos participantes inseridos na amostra, destacando o e-mail e telefone para contato.
3	Pré-teste 1 : Escala de Conflitos Conjugais (CRBQ)	Envio para os participantes que confirmaram o cadastro e preencheram o TCLE, o primeiro formulário da etapa. Pré-teste:	Foi destacado nesta etapa que quaisquer dúvidas no preenchimento das escalas, os participantes poderiam sanar em contato direto com a pesquisadora. Somente 2 participantes entraram em contato para tirar dúvidas quanto ao preenchimento, e as mesmas foram esclarecidas para dar sequência à pesquisa.
4	Pré-teste 2: Familiograma	Envio do segundo pré-teste conforme formulário abaixo:	Neste momento foi feito pela pesquisadora uma triagem dos inventários não preenchidos no pré-teste 1 e foi enviado um e-mail lembrete.
5	Pré-teste 3: Escala de Satisfação Conjugual	Envio do último pré-teste conforme o formulário abaixo:	Foi informado aos participantes que os vídeos seriam liberados a partir do preenchimento dos 3 inventários do pré-teste e que no próximo contato eles receberiam um e-mail com login e senha para terem acesso aos vídeos.

Etapas	Procedimento	Metodologia	Observações
6	Início da intervenção (vídeos psicoeducativos)	Envio para os participantes de uma mensagem informando o início da liberação dos vídeos mediante o preenchimento dos formulários no pré-teste.	Neste momento a amostra se dividiu, sendo liberados os vídeos somente para os participantes que haviam preenchido algum dos pré-testes. Para os que ainda não haviam preenchido, foi enviado uma mensagem personalizada.
7	Primeira bateria de vídeos	Envio para os participante do acesso à primeira bateria de vídeos	Neste momento é sugerido aos participantes que sigam a sequência sugerida nos vídeos e que realizem, após a primeira bateria, a primeira tarefa conjugal
8	Primeira tarefa conjugal : 5 linguagens do amor	Envio da primeira tarefa conjugal via pdf editável	Neste momento é destacado que os participantes não precisarão devolver o material para a pesquisadora
9	Segunda bateria de vídeos	Envio para os participantes do acesso à segunda bateria de vídeos	
10	Segunda tarefa conjugal : Construindo um mapa do amor	Envio da segunda tarefa conjugal via pdf editável	
11	Terceira bateria de vídeos	Envio para os participante do acesso a terceira bateria de vídeos	
12	Terceira tarefa conjugal: Dicas para gerenciamento de conflitos atuais	Envio da terceira tarefa conjugal via pdf editável	
13	Formulário de <i>feedback</i>	Envio de um formulário de <i>feedback</i> em relação aos vídeos assistidos	Neste momento é informado que os vídeos ficarão no ar por mais 48hs e que após essa data os participantes iniciarão a etapa pós-teste
14	Pós-teste 1 : Escala de Conflitos Conjugais (CRBQ)	Envio para os participantes do primeiro formulário da etapa: Pós-teste:	
15	Pós-teste 2: Familiograma	Envio do segundo pós-teste conforme formulário abaixo:	

Etapas	Procedimento	Metodologia	Observações
16	Pós-teste 3: Escala de Satisfação Conjugal	Envio do último pós-teste confirme o formulário abaixo:	
17	Agradecimento e palestra bônus	Envio da palestra bônus como agradecimento aos participantes da pesquisa	

4.8 ANÁLISE DOS DADOS

As comparações entre os grupos que completaram e abandonaram a intervenção foram feitas com Teste t para amostras independentes. Análises com os escores pré e pós-intervenção foram feitas com Teste t para amostras pareadas. A magnitude da mudança pré e pós-teste foi analisada com o *d* de Cohen.

4.9 RESULTADOS

A análise do efeito do programa psicoeducativo foi realizada separadamente para os grupos masculino e feminino. A Tabela 7 indica as diferenças de médias e o tamanho de efeito entre o pré- e pós-teste para cada dimensão estudada.

Tabela 7

Comparação entre os escores (média e desvio-padrão) e tamanho de efeito do pré- com o pós-teste de acordo com o sexo

	Grupo	Pré-teste (M, SD)	Pós-teste (M, SD)	Teste T, Sig	<i>d</i> de Cohen
Acordo (CRBQ)	Masculino	21,97 (3,46)	22,06 (3,63)	0,18 ns	0,03
	Feminino	21,40 (3,43)	22,52 (3,38)	3,95***	0,38
	Todos	21,54 (3,44)	22,40 (3,44)	3,55***	0,29
Ataque (CRBQ)	Masculino	14,49 (3,96)	13,03 (3,25)	3,15**	0,52
	Feminino	14,80 (3,63)	13,94 (3,12)	3,00**	0,28
	Todos	14,72 (3,70)	13,72 (3,16)	4,11***	0,34
Evitação (CRBQ)	Masculino	19,68 (4,83)	18,40 (4,40)	2,74**	0,45
	Feminino	19,80 (4,59)	18,58 (4,58)	3,57***	0,34

	Grupo	Pré-teste (M, SD)	Pós-teste (M, SD)	Teste T, Sig	d de Cohen
	Todos	19,78 (4,63)	18,53 (4,52)	4,40***	0,36
Afetividade (FG)	Masculino	41,33 (6,48)	42,67(6,81)	2,10*	0,34
	Feminino	41,70 (8,09)	41,10 (8,15)	1,11ns	0,11
	Todos	41,60(7,70)	42,23 (7,82)	2,00*	0,16
Conflito (FG)	Masculino	21,39 (7,18)	20,14 (6,04)	1,59ns	0,26
	Feminino	20,19 (7,15)	19,94 (7,43)	3,44***	0,32
	Todos	20,48 (7,14)	19,23 (7,11)	3,75***	0,31
Satisfação com aspectos organizacionais e estruturais (ESC)	Masculino	12,54 (3,81)	10,33 (2,69)	2,96**	0,51
	Feminino	12,21 (3,21)	11,36 (3,28)	1,90*	0,19
	Todos	12,30 (3,35)	11,12 (3,17)	3,01**	0,25
Satisfação com a interação conjugal (ESC)	Masculino	9,44 (2,28)	9,06 (1,85)	0,86ns	0,15
	Feminino	10,27 (2,65)	10,11 (2,94)	0,48ns	0,04
	Todos	10,08 (2,59)	9,97 (2,76)	0,76ns	0,06
Satisfação com aspectos emocionais (ESC)	Masculino	7,48 (2,00)	7,24 (1,89)	0,49ns	0,09
	Feminino	7,93 (2,02)	7,94 (1,98)	0,04ns	0,00
	Todos	7,82 (2,01)	7,78 (1,97)	0,22ns	0,01

Nota: * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

^a Pontuação invertida

Considerando-se as comparações pré e pós-teste para os grupos masculino e feminino, foram encontradas quinze diferenças significativas em vinte e quatro possíveis. Todas as diferenças apontam para uma melhora na qualidade do relacionamento conjugal pós-intervenção. O grupo masculino diminuiu o comportamento de ataque e de evitação, aumentando o de afetividade e de aspectos de satisfação com aspectos organizacionais. Já o grupo feminino melhorou as estratégias de acordo e de satisfação com aspectos organizacionais e diminuiu o comportamento de ataque, evitação e conflito. As magnitudes da mudança variaram entre baixa a moderadas.

No intuito de testar o efeito da intervenção em grupos extremos, classificou-se os escores obtidos pelos participantes no Familiograma em tipos de relação (tipo I - casais que apresentam alta afetividade e baixo conflito; tipo II - casais com alta afetividade e alto conflito; tipo III - baixa afetividade e baixo conflito; e tipo IV - baixa afetividade e alto conflito). Da amostra que completou a intervenção, houve 46 (31,90%) relacionamentos classificados com sendo do Tipo I (mais funcional), 16 (13,20%) do Tipo II, 8 (5,60%) do Tipo III e 56 (38,90%) do Tipo IV (menos funcional). Análise antes e após a intervenção foram realizadas com as relações dos tipos I e IV por serem as extremas. Não foi realizada análise separada por sexo por não haver diferença entre os grupos neste tipo de relação. Os resultados estão descritos na Tabela 8 e 9.

Tabela 8

Comparação entre os escores (média e desvio-padrão) e tamanho de efeito do pré- com o pós-teste para casais tipo I (alta afetividade e baixo conflito)

	Pré-teste (M, SD)	Pós-teste (M, SD)	Teste T, Sig	d de Cohen
Acordo (CRBQ)	22,82 (2,82)	24,03 (2,82)	3,32**	0,46
Ataque (CRBQ)	13,21 (3,60)	12,35 (2,92)	2,38*	0,33
Evitação (CRBQ)	18,27 (3,88)	16,62 (4,23)	3,47***	0,49
Afetividade (FG)	48,31(3,46)	48,41 (4,23)	0,23ns	0,03
Conflito (FG)	14,94 (2,60)	14,00 (2,61)	2,88**	0,40
Satisfação com aspectos organizacionais e estruturais (ESC)	12,01 (3,31)	9,58(2,47)	4,50***	0,61
Satisfação com a interação conjugal (ESC)	9,65 (2,88)	8,34 (1,77)	3,20**	0,43
Satisfação com aspectos emocionais (ESC)	7,61 (2,15)	7,02 (1,75)	1,76ns	0,23

Nota: *p<0,05; **p<0,01; ***p<0,001

^a Pontuação invertida

As comparações entre o pré e pós-teste das relações mais funcionais (alta afetividade e baixo conflito) indicaram aumento da funcionalidade em quase todos os conceitos, com exceção da afetividade e da satisfação com a interação conjugal. As magnitudes das mudanças significativas variaram de 0,23 a 0,61, com cinco efeitos médios.

Tabela 9

Comparação entre os escores (média e desvio-padrão) e tamanho de efeito do pré- com o pós-teste para casais tipo IV(baixa afetividade e alto conflito)

	Pré-teste (M, SD)	Pós-teste (M, SD)	Teste <i>T</i> , Sig	<i>d</i> de Cohen
Acordo (CRBQ)	20,16 (3,78)	21,14 (3,62)	2,30*	0,312
Ataque (CRBQ)	16,18 (3,39)	14,68 (2,89)	3,96***	0,539
Evitação (CRBQ)	21,59 (4,81)	20,27 (4,13)	2,98**	0,407
Afetividade (FG)	35,14(7,01)	36,44 (7,51)	2,14*	0,284
Conflito (FG)	27,48 (6,14)	25,28 (7,21)	3,06**	0,410
Satisfação com aspectos organizacionais e estruturais (ESC)	12,76 (3,35)	13,14(3,41)	0,55ns	0,078
Satisfação com a interação conjugal (ESC)	11,00 (2,42)	11,92 (2,89)	1,78ns	0,252
Satisfação com aspectos emocionais (ESC)	8,22 (1,94)	8,70 (2,14)	1,21ns	0,172

Nota: * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

^a Pontuação invertida

A percepção das relações menos funcionais (menos afetividade e mais conflito) indicou melhoras com relação às diversas formas de conflito e afetividade, mas não da satisfação. O tamanho do efeito das mudanças significativas foi de 0,28 a 0,53.

4.10 DISCUSSÃO

O objetivo deste estudo foi avaliar os efeitos de um programa psicoeducativo, promovido por meio de plataformas virtuais, para a diminuição de conflitos e aumento da satisfação conjugal. O interesse pela participação no programa foi alto, mas houve uma alta porcentagem de pessoas que se inscreveram, mas que não completaram ou desistiram de realizar a intervenção. A amostra que evadiu apresentou níveis mais altos de ataque, e mais baixos de acordo, podendo indicar que a amostra que permaneceu possui níveis inferiores nos indicadores apontados, revelando assim, um perfil menos conflituoso entre os casais que permaneceram.

Esse padrão de evasão pode ser explicado por um estudo que comparou os resultados entre dois grupos de vinte casais (Babcock et al., 2013). Um dos grupos recebeu, além das sessões psicoeducativas, nove sessões de terapia de casal adicionais. O grupo que recebeu

terapia de casal adicional evadiu muito menos do que o que recebeu somente a psicoeducação. Segundo Rodrigues (2013), os dois grupos eram compostos por casais aflitos, com níveis de sofrimento moderado a grave. A terapia de casal, muitas vezes, é indicada para essa população, uma vez que visa gerenciar os altos níveis de efeito negativo no relacionamento, abordando a ambivalência que muitos casais aflitos sentem, quando desejam que o relacionamento continue (Halford & Snyder, 2012).

Entretanto, em outro estudo que utilizou um breve treinamento psicoeducativo para casais, foi confirmado que o sofrimento conjugal avaliado no pré-teste não funcionou como moderador significativo do resultado do tratamento (Doss, Simpson & Christensen, 2004). Pode-se pensar, então, que, apesar de o nível de sofrimento não moderar os resultados de intervenções psicoeducativas, muitos desses casais não se propõem a continuar a intervenção.

Curiosamente, o estudo de Finkel et al. (2016) focou em testar uma intervenção psicoeducativa online para casais em sofrimento. Os autores encontraram resultados que poderiam preencher uma lacuna importante entre os programas de enriquecimento matrimonial (voltados para os casais geralmente felizes) e a terapia de casal (muitas vezes, atingindo apenas os casais à beira do divórcio ou da separação). De fato, 86% dos indivíduos nesse estudo estavam angustiados em seus relacionamentos quando começaram o programa; índice esse mais alto do que outras intervenções secundárias, como o *Marriage Checkup* (18% em dificuldades; Cordova, Gee & Warren, 2005). Esses resultados sugerem que o programa baseado na *web* foi bem sucedido na superação de barreiras como o severo sofrimento conjugal. Análises de benchmarking (por exemplo, Minami et al., 2008) indicaram que os efeitos do programa *online* sobre a satisfação de relacionamento (Cohen's $d = 0,69$) foram, conforme as estatísticas, significativamente maiores do que o encontrado imediatamente após intervenções de prevenção primária para programas presenciais ($d = 0,36$; Fawcett, Hawkins, Blanchard & Carroll, 2010).

Na presente pesquisa, a amostra que permaneceu no estudo é, basicamente, uma amostra com nível de educação formal e renda alta, indicando que os resultados encontrados podem ser limitados para certa faixa da população.

Com relação à comparação pré e pós-testes para a amostra total, foram encontrados resultados significativos em seis de oito das medidas avaliadas. Somente nas medidas de Satisfação com os aspectos emocionais (SAE) e Satisfação com a interação conjugal (SIC), não existiram diferenças significativas. Todavia, avaliando o grupo masculino e feminino, percebem-se algumas diferenças de efeito entre mulheres e homens, conforme será descrito abaixo.

As mulheres apresentam maiores tamanhos de efeito no acordo ($d=0,38$) e nos conflitos ($d=0,32$), embora não apresentem mudanças significativas nos itens de satisfação conjugal. Já os homens apresentam melhorias mais significativas nos itens ataque, com efeito moderado ($d=0,52$) e evitação ($d=0,45$), apresentando resultados significativos no item de Satisfação com aspectos organizacionais e estruturais, com efeito moderado ($d=0,51$).

Babcock et al. (2013), apontaram que o gênero influenciou os efeitos do tratamento ao longo do tempo. Constatou-se, nesse estudo, que as mulheres buscam maior acordo durante os conflitos e, frequentemente, conversam mais com os maridos sobre os problemas, demonstrando que discussões construtivas são mais importantes para elas do que para os homens (Kisselev, Brown & Brown, 2010; Oggins, Veroff & Leber 1993).

Apesar de os resultados desta pesquisa não terem apontado efeito significativo para o aumento da satisfação conjugal geral, pode ser evidenciado, na literatura, que os indivíduos que estão satisfeitos em seu relacionamento presumem usar estratégias mais construtivas de resolução de conflito (Naldoni et al., 2011). Por outro lado, infere-se que os insatisfeitos utilizam estratégias destrutivas como evitação, manipulação, ameaça, coerção e retaliação (Greeff & Bruyne, 2000).

Sendo assim, pode-se pensar que existe uma tendência na literatura que aponta a satisfação conjugal dependendo, em muito, da capacidade dos cônjuges de enfrentar e lidar com os conflitos. É, portanto, consensual que, se os mesmos são encarados de forma construtiva, a relação se enriquece; sob outra perspectiva, se forem encarados de modo destrutivo, a relação se prejudica, prevalecendo o sentimento de insatisfação (Greeff & Bruyne, 2000).

Quanto mais os casais conseguem demonstrar entendimento em relação à posição do outro, evitando afastarem-se do conflito, suprimindo sentimentos hostis, mais chances viáveis obtêm de resolução e de redução no aumento na escalada futura de conflitos (Rubenstein & Feldman, 1993).

Insta salientar ainda, que a intervenção proposta demonstrou provocar melhorias mais significativas na amostra masculina, diferenciando-se, assim, dos resultados encontrados pelo programa online OR (*Our Relationship*), que aponta os efeitos da satisfação, não os diferindo significativamente por gênero (Finkel et al., 2016).

Com efeito, o contraste entre os ganhos nos itens Ataque, Evitação e Afetividade para homens, e Acordo e Conflito para as mulheres, sugere que programas psicoeducativos diferenciam-se em seus efeitos, não somente por gênero, como também pelo tema da intervenção, em relação ao constructo específico que se pretende alcançar efeitos.

Apesar de as mulheres apresentarem melhorias nos estilos de gerenciamento dos conflitos, isso não foi suficiente para apontar ganhos significativos na satisfação do relacionamento geral ($d = 0,07$). Alguns estudos mostram associações direcionalmente opostas às suas hipóteses, como as encontradas nesta pesquisa (Kemp & Morgante, (n.d.); Schilling, Baucom, Burnett, Allen & Ragland, 2003). Várias possibilidades foram apresentadas para reconciliar essas inconsistências, incluindo a possibilidade de que os benefícios sejam conduzidos por casais com as habilidades basais mais pobres (Halford & Snyder, 2012) e a possibilidade de casais com dificuldades não terem habilidades deficientes, mas, simplesmente, não as empregam em casa (Snyder & Schneider, 2002).

Pode-se pensar que os estudos de associações entre mudanças nas habilidades e na satisfação conjugal têm sido inconclusivos até o momento (Finkel et al., 2016). Deve-se observar que o padrão de conflitos apresentado pela amostra que permaneceu no estudo era de menor ataque, maior acordo, indicando, assim, um nível de qualidade conjugal global mais satisfatório. Christensen e colegas (Benson, McGinn & Christensen, 2012; Christensen, Atkins, Baucom & Yi, 2010) argumentaram que as mudanças em comportamentos específicos como estilo de acordo e comunicação frente ao gerenciamento de conflitos são preditivos úteis para mudanças a longo prazo na satisfação conjugal, pois visam mudar fatores de risco entre os casais. Programas que transmitem esses conhecimentos são fundamentais para intervenções breves, preventivas e de relacionamento (Halford, Pepping & Petch, 2016).

No Brasil, percebe-se que programas de psicoeducação conjugal podem ser considerados uma novidade, principalmente programas *online* com conteúdos baseados em evidências. Sabe-se, que, em nosso país, há carência de intervenções preventivas que poderiam promover o bem estar, reduzindo o risco de sofrimento conjugal advindo de crises e conflitos entre casais (Schmidt, Staudt & Wagner, 2016). De acordo com o estudo pioneiro realizado no Brasil “Viver como Parceiros: Transformando Desafios em Oportunidades”, intervenções em grupo poderão atender a um maior número de pessoas, o que é, inclusive, recomendado pelas políticas públicas. Programas desenvolvidos em plataformas virtuais poderão aumentar ainda mais esse alcance, transpondo barreiras financeiras e territoriais.

O projeto “Bem casados”, testado em plataformas virtuais nesta pesquisa, demonstrou operar como estratégia proficiente a promover melhorias de curto prazo nos estilos de resolução de conflitos dos casais. Apesar da limitação da amostra estratificada por renda e escolaridade alta, acredita-se, pelo evidenciado, que o programa é aplicável em contextos de saúde pública e privada, devido à forma clara e acessível com que os temas são trabalhados.

Esta proposta de intervenção preventiva torna-se disponível para ser aplicada, igualmente, em outras culturas brasileiras.

5 CONCLUSÕES, LIMITAÇÕES E CONSIDERAÇÕES FINAIS

5.1 PENSANDO O FUTURO DAS INTERVENÇÕES CONJUGAIS: ALCANCE E ABRANGÊNCIA

Os resultados deste estudo demonstraram que o programa "Bem casados" desenvolvido em plataformas virtuais ajudou os casais a evoluírem os níveis de acordo, reduzindo o ataque e a evitação diante de situações de conflito. Vale destacar que esse foi o primeiro estudo em população brasileira que se propôs a avaliar a efetividade de um programa psicoeducativo elaborado em plataformas virtuais para casais. Aspectos organizacionais e estruturais da satisfação mostraram-se com efeito moderado. Não obstante as mulheres tenham sido maioria participativa no estudo, surpreendentemente, os índices de melhorias significativas para os homens se mostrou-se levemente superior ao das mulheres, podendo indicar um interesse efeito para programas educativos matrimoniais na população masculina.

Nota-se que, ante a apresentação do programa, um número expressivo de pessoas que demonstraram interesse na intervenção *online* e gratuita. Ainda que com índices de evasão, ressalta-se que propostas de intervenção rotuladas como psicoeducativas e preventivas, e não como terapia de casal, causam grande interesse entre a população pesquisada. Programas *online*, em que não há contato pessoal com a amostra, demonstram ter uma relação custo/eficácia relevante, ampliando o potencial de disseminação.

É de se aclarar que algumas limitações foram encontradas neste estudo. Primeiramente, as características da amostra inscrita podem ser diferentes da possivelmente encontrada na população geral, ou seja, níveis mais altos de educação, maior renda e motivação para mudança, (Neumann et al., 2018). A ausência de interesse na intervenção pela população de baixa renda pode ser explicada pelo viés de seleção e recrutamento. Isso, porque o único acesso foi por meio das redes sociais da pesquisadora. Ademais, o estudo foi colocado no centro sul do país, não podendo ser generalizado para outras regiões, devido a importância da variação cultural. Crê-se que formas mais amplas de divulgação como rádio e outras mídias, é provável sejam exploradas em pesquisas futuras.

Ainda no tocante às limitações, deparou-se com a ausência de indicadores que poderiam moderar os resultados como: características individuais de cada um dos cônjuges, eventos da vida e o contexto (Halford et al., 2016). Há evidências de que o nível de estresse conjugal no trabalho, por exemplo, influencia negativamente a qualidade conjugal (Rodriguez, 2016; Sears,

Repetti, Reynolds, Robles & Krull, 2016). Destaca-se que não foram realizadas medidas de médio e longo prazo que verificassem os ganhos obtidos a longo prazo.

Ante todo o exposto, com as evidências que se acumulam apoiando a eficácia das intervenções baseadas na web (por exemplo, Ashford, Olander & Ayers, 2016; Cuijpers & Cristea, 2016), incumbe assentar que há uma necessidade crescente de orientação tanto para os que desenvolvem quanto para os consumidores dessa forma de intervenção.

Para os profissionais que as desenvolvem, fazem-se necessárias melhoraria na publicidade (divisão por sexo e perfis de conflito entre os casais) e, da mesma forma, a segmentação dos temas que compõem a intervenção, dividindo-os, também, por sexo e gravidade dos conflitos. Até o presente momento e, de acordo com o que foi encontrado pela pesquisadora, todas as intervenções existentes não são segmentadas por sexo.

Para os consumidores, por sua vez, é essencial a intensificação no auxílio para a identificação e seleção de intervenções on-line empiricamente validadas. Com o aumento das informações ofertadas via internet, fica vultuoso o critério da população em relação a quais tipos de informações são seguras e validadas do ponto de vista científico.

Urge concluir, por conseguinte, que pesquisas futuras devem ser encorajadas para exploração e oferta de preenchimento das lacunas existentes na prevenção da população de casais. Isso se faz necessário, mormente, em razão de ainda se tratar de área pouco conhecida pelos avaliados, mas, satisfatoriamente, útil entre homens e mulheres que compõe essa população e que, conseqüentemente, buscam melhoria e frequência nos quesitos satisfação e desenvolvimento conjugal.

REFERÊNCIAS

- Aalgaard, R. A., Bolen, R. M., & Nugent, W. R. (2016). A literature review of forgiveness as a beneficial intervention to increase relationship satisfaction in couples therapy. *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, 26(1), 46-55.
- 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.
- Amaro, F. (2006). *Introdução à sociologia da família*. Lisboa: Universidade Técnica de Lisboa.
- Amato, P. R., Johnson, D. R., Booth, A., & Rogers, S. J. (2003). Continuity and change in marital quality between 1980 and 2000. *Journal of Marriage and Family*, 65(1), 1-22.
- Anderson, J. R., Van Ryzin, M. J., & Doherty, W. J. (2010). Developmental trajectories of marital happiness in continuously married individuals: A group-based modeling approach. *Journal of Family Psychology*, 24(5), 587-596.
- Antle, A. N., & Wise, A. F. (2013). Getting down to details: Using theories of cognition and learning to inform tangible user interface design. *Interacting with Computers*, 25(1), 1-20.
- Ashford, M. T., Olander, E. K., & Ayers, S. (2016). Computer-or web-based interventions for perinatal mental health: A systematic review. *Journal of Affective Disorders*, 197, 134-146.
- 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.
- Behrens, B. C., Sanders, M. R., & Halford, W. K. (1990). Behavioral marital therapy: An evaluation of treatment effects across high and low risk settings. *Behavior Therapy*, 21(4), 423-433.
- Bélanger, C., Laporte, L., Sabourin, S., & Wright, J. (2015). The effect of cognitive-behavioral group marital therapy on marital happiness and problem solving self-appraisal. *The American Journal of Family Therapy*, 43(2), 103-118.
- Bell, K. M., & Naugle, A. E. (2008). Intimate partner violence theoretical considerations: Moving towards a contextual framework. *Clinical Psychology Review*, 28(7), 1096-1107.
- Benetti, S. P. C. (2006). Conflito conjugal: Impacto no desenvolvimento psicológico da criança e do adolescente. *Psicologia: Reflexão e crítica*, 19(2), 261-268.
- Benson, L. A., McGinn, M. M., & Christensen, A. (2012). Common principles of couple therapy. *Behavior Therapy*, 43(1), 25-35.
- Bertoni, A., & Bodenmann, G. (2010). Satisfied and dissatisfied couples. *European Psychologist*, 15(3), 175-184.
- 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.

- Braukhaus, C., Hahlweg, K., Kroeger, C., Groth, T., & Fehm-Wolfsdorf, G. (2003). The effects of adding booster sessions to a prevention training program for committed couples. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 31(3), 325-336.
- Bruun, E. L., & Ziff, A. F. (2010). *Marrying well: The clinician's guide to premarital counseling*. New York: WW Norton.
- 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.
- 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.
- Chaquime, L. P., Corrêa, A. G., & Mill, D. (2016). Aprendizagem da docência virtual: analisando investigações sobre a base de conhecimento docente para Educação a Distância. In Simpósio Internacional de Educação a Distância e Encontro de Pesquisadores em Educação a Distância, *Anais 2009* (pp. 1-12). São Carlos: UFSCAR.
- Christensen, A., Atkins, D. C., Baucom, B., & Yi, J. (2010). Marital status and satisfaction five years following a randomized clinical trial comparing traditional versus integrative behavioral couple therapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 78(2), 225-235.
- Clarke, M., & Oxman, A. (2000). *Cochrane reviewers' handbook*. Oxford: The Cochrane Collaboratio.
- Constituição da República Federativa do Brasil de 1988*. (2010). Brasília: Senado Federal.
- Cordova, J. V., Gee, C. B., & Warren, L. Z. (2005). Emotional skillfulness in marriage: Intimacy as a mediator of the relationship between emotional skillfulness and marital satisfaction. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24(2), 218-235.
- Costa, C. B. D., Delatorre, M. Z., Wagner, A., & Mosmann, C. P. (2017). Terapia de casal e estratégias de resolução de conflito: Uma revisão sistemática. *Psicologia: Ciência e profissão*, 37(1), 208-223.
- Cox, R. B., Jr., & 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.
- Cross, S. E., Bacon, P. L., & Morris, M. L. (2000). The relational-interdependent self-construal and relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(4), 791-808.
- Cruz, G., Jr., Nascimento, R., Cysneiros, G., Alves, G., & Santos, E. (2017). Internet das Coisas, Games e Data Science a serviço da conscientização e preservação da Caatinga. In Congresso Brasileiro de Informática na Educação, 6.; Simpósio Brasileiro de Informática na Educação, 28., *Anais CBIE, SBIE 2017* (pp. 714-724). Recife: SBC.
- Cuijpers, P., & Cristea, I. A. (2016). How to prove that your therapy is effective, even when it is not: a guideline. *Epidemiology and Psychiatric Sciences*, 25(5), 428-435.

- Cummings, E. M. (1998). Children exposed to marital conflict and violence: Conceptual and theoretical directions. In G. Holden, B. Geffner, & E. Jouriles (Eds.), *Children exposed to marital violence: Theory, research, and applied issues* (pp. 21-53). Washington, DC: American Psychological Association.
- Cundiff, J. M., Smith, T. W., & Frandsen, C. A. (2012). Incremental validity of spouse ratings versus self-reports of personality as predictors of marital quality and behavior during marital conflict. *Psychological Assessment, 24*(3), 676-684.
- Dagleish, T. L., Johnson, S. M., Moser, M. B., Lafontaine, M. F., Wiebe, S. A., & Tasca, G. A. (2015). Predicting change in marital satisfaction throughout emotionally focused couple therapy. *Journal of Marital and Family Therapy, 41*(3), 276-291.
- Dalmolin, A., Perlini, N. M. O. G., Coppetti, L. C., Rossato, G. C., Gomes, J. S., & Silva, M. E. N. (2016). Vídeo educativo como recurso para educação em saúde a pessoas com colostomia e familiares. *Revista Gaúcha de Enfermagem, 37*(nesp.), 1-9.
- Dela Coleta, M. (1992). Locus de controle e satisfação conjugal. *Psicologia: Teoria e pesquisa, 8*(2), 243-252.
- Delatorre, M. Z., & Wagner, A. (2015). Estratégias de resolução de conflitos conjugais: Evidências de validade do CRBQ. *Avaliação Psicológica, 14*(2), 233-242.
- 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.
- Dew, J., & Wilcox, W. B. (2011). If momma ain't happy: Explaining declines in marital satisfaction among new mothers. *Journal of Marriage and Family, 73*(1), 1-12.
- Dion, K. L. (2005). Marital status as stimulus variable and subject variable. *Psychological Inquiry, 16*(2/3), 104-110.
- 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.
- Doss, B. D., Cicila, L. N., Georgia, E. J., Roddy, M. K., Nowlan, K. M., Benson, L. A., & Christensen, A. (2016). A randomized controlled trial of the web-based OurRelationship program: Effects on relationship and individual functioning. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 84*(4), 285-293.
- Doss, B. D., Simpson, L. E., & Christensen, A. (2004). Why do couples seek marital therapy? *Professional Psychology: Research and practice, 35*(6), 608-614.
- Dush, C. M. K., & Taylor, M. G. (2012). Trajectories of marital conflict across the life course: Predictors and interactions with marital happiness trajectories. *Journal of Family Issues, 33*(3), 341-368.
- Epstein, N. E., Schlesinger, S. E., & Dryden, W. E. (Orgs.). (1988). *Cognitive-behavioral therapy with families*. Oxford: Brunner Meisel.

- Fawcett, E. B., Hawkins, A. J., Blanchard, V. L., & Carroll, J. S. (2010). Do premarital education programs really work? A meta-analytic study. *Family Relations*, 59(3), 232-239.
- Feldman, S. S., Gowen, L. K., & Fisher, L. (1998). Family relationships and gender as predictors of romantic intimacy in young adults: A longitudinal study. *Journal of Research on Adolescence*, 8(2), 263-286.
- Féres-Carneiro, T. (1998). Casamento contemporâneo: O difícil convívio da individualidade com a conjugalidade. *Psicologia: Reflexão e crítica*, 11(2), 379-394.
- Féres-Carneiro, T. (2003). Separação: O doloroso processo de dissolução da conjugalidade. *Estudos de Psicologia*, 8(3), 367-374.
- Fife, S. T., Whiting, J. B., Bradford, K., & Davis, S. (2014). The therapeutic pyramid: A common factors synthesis of techniques, alliance, and way of being. *Journal of Marital and Family Therapy*, 40(1), 20-33.
- Fincham, F. D. (2003). Marital conflict: Correlates, structure, and context. *Current Directions in Psychological Science*, 12(1), 23-27.
- Finkel, D., Franz, C. E., Horwitz, B., Christensen, K., Gatz, M., Johnson, W., Kaprio, J., ... Silventoinen, K. (2016). Gender differences in marital status moderation of genetic and environmental influences on subjective health. *Behavior Genetics*, 46(1), 114-123.
- Freitas, N. B. C. (2017). *Estratégias de resolução dos conflitos conjugais: Uma explicação a partir da personalidade e dos valores humanos* (Dissertação de mestrado). Universidade Federal da Paraíba, JP, Brasil.
- Garcia, M. L. T., & Tassara, E. (2001). Estratégias de enfrentamento do cotidiano conjugal. *Psicologia: Reflexão e crítica*, 14(3), 635-642.
- Glasgow, R. E., McKay, H. G., Boles, S. M., & Vogt, T. M. (1999). Interactive computer technology, behavioral science, and family practice. *Journal of Family Practice*, 48(6), 464-470.
- Gottman, J. M. (2013). *Marital interaction: Experimental investigations*. Oxford: Elsevier.
- Gottman, J. M., & Silver, N. (2000). *The seven principles for making marriage work: A practical guide from the country's foremost relationship expert*. Oxford: Harmony.
- Gottman, J. M., & Silver, N. (2015). *The seven principles for making marriage work: A practical guide from the country's foremost relationship expert*. Oxford: The River Press.
- Granvold, D. K. (2004). Divórcio. In F. M. Dattilio, & A. Freedman (Orgs.), *Estratégias cognitivo comportamentais de intervenção em situações de crise* (2a ed., pp. 300-316). Porto Alegre: Artmed.
- Greeff, P., & Bruyne, A. T. (2000). Conflict management style and marital satisfaction. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 26(4), 321-334.

- Gremore, T. M., Baucom, D. H., Porter, L. S., Kirby, J. S., Atkins, D. C., & Keefe, F. J. (2011). Stress buffering effects of daily spousal support on women's daily emotional and physical experiences in the context of breast cancer concerns. *Health Psychology, 30*(1), 20-30.
- Halford, W. K., Markman, H. J., Kling, G. H., & Stanley, S. M. (2003). Best practice in couple relationship education. *Journal of Marital and Family Therapy, 29*(3), 385-406.
- 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.
- Halford, W. K., Pepping, C. A., & Petch, J. (2016). The gap between couple therapy research efficacy and practice effectiveness. *Journal of Marital and Family Therapy, 42*(1), 32-44.
- Halford, W. K., & Snyder, D. K. (2012). Universal processes and common factors in couple therapy and relationship education: Guest editors: W. Kim Halford and Douglas K. Snyder. *Behavior Therapy, 43*(1), 1-22.
- 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.
- 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), 93-100.
- Heavey, C. L., Christensen, A., & Malamuth, N. M. (1995). The longitudinal impact of demand and withdrawal during marital conflict. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 63*(5), 797-801.
- Hernandez, J. A. E., & Hutz, C. S. (2009). Transição para a parentalidade: Ajustamento conjugal e emocional. *Psico, 40*(4), 414-421.
- Hernandez, J. A. E., Ribeiro, C. M., Carvalho, A. L. N., Fonseca, R. C. T., Peçanha, R. F., & Falcone, E. M. O. (2017). Revisão da estrutura fatorial da escala de satisfação conjugal. *Temas em Psicologia, 25*(4), 1977-1990.
- Herr, G. J. (2009). *Factors influencing black/white interracial marriage satisfaction* (Doctor of philosophy). University of Texas at Arlington, Texas.
- Horneffer, K. J., & Fincham, F. D. (1996). Attributional models of depression and marital distress. *Personality and Social Psychology Bulletin, 22*(7), 678-689.
- Horneffer, K. J., & Fincham, F. D. (1996). Attributional models of depression and marital distress. *Personality and Social Psychology Bulletin, 22*(7), 678-689.
- Hutton, B., Salanti, G., Caldwell, D. M., Chaimani, A., Schmid, C. H., Cameron, C., Ioannidis, J. P., ... & Moher, D. (2015). The PRISMA extension statement for reporting of systematic reviews incorporating network meta-analyses of health care interventions: Checklist and explanations. *Annals of Internal Medicine, 162*(11), 777-784.

- Iveniuk, J., Waite, L. J., Laumann, E., McClintock, M. K., & Tiedt, A. D. (2014). Marital conflict in older couples: Positivity, personality, and health. *Journal of Marriage and Family*, 76(1), 130-144.
- Jacobson, D. S. (1978). The impact of marital separation/divorce on children: II. Interparent hostility and child adjustment. *Journal of Divorce*, 2(1), 3-19.
- Jacobson, N. S. (1979). Increasing positive behavior in severely distressed marital relationships: The effects of problem-solving training. *Behavior Therapy*, 10(3), 311-326.
- Jacobson, N. S., Follette, V. M., Follette, W. C., Holtzworth-Munroe, A., Katt, J. L., & Schmaling, K. B. (1985). A component analysis of behavioral marital therapy: 1-year follow-up. *Behaviour Research and Therapy*, 23(5), 549-555.
- Jacobson, N. S., Follette, W. C., Revenstorf, D., Hahlweg, K., Baucom, D. H., Margolin, G. (1984). Variability in outcome and clinical significance of behavioral marital therapy: A reanalysis of outcome data. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 52(4), 497-504.
- Jacobson, N. S., Schmaling, K. B., Holtzworth-Munroe, A. (1987). Component analysis of behavioral marital therapy: 2-year follow-up and prediction of relapse. *Journal of Marital and Family Therapy*, 13(2), 187-95.
- Jalali, F., Hashemi, S., Kimiaei, S., Hasani, A., & Jalali, M. (2018). The effectiveness of solution-focused brief couple therapy on marital satisfaction among married prisoners and their wives. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 62(10), 3023-3037.
- Johnson, D. R., Amoloza, T. O., & Booth, A. (1992). Stability and developmental change in marital quality: A three-wave panel analysis. *Journal of Marriage and Family*, 54(3), 582-594.
- Kaiser, A., Hahlweg, K., Fehm-Wolfsdorf, G., & Groth, T. (1998). The efficacy of a compact psychoeducational group training program for married couples. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 66(5), 753-760.
- Kamers, M. (2006). As novas configurações da família e o estatuto simbólico das funções parentais. *Estilos da Clínica*, 11(21), 108-125.
- Karahan, T. F. (2009). The effects of a couple communication program on the conflict resolution skills and active conflict tendencies of Turkish couples. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 35(3), 220-229.
- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, methods, and research. *Psychological Bulletin*, 118(1), 3-34.
- Kemp, H., & Morgante, C. (n.d.). Working with premarital couples in the hope focused couples approach. *The Hope Couples Project*, 1-6.
- Kisselev, P., Brown, M. A., & Brown, J. D. (2010). Gender differences in language acculturation predict marital satisfaction: A dyadic analysis of Russian-speaking

- immigrant couples in the United States. *Journal of Comparative Family Studies*, 41(5), 767-782.
- 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.
- 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.
- Machado, L. M. (2007). *Satisfação e insatisfação no casamento: Os dois lados de uma mesma moeda?* (Dissertação de mestrado). Universidade Federal de Uberlândia - UFU, Uberlândia, MG, Brasil.
- Martins, M. A., & Niza, I. (2014). *Psicologia da aprendizagem da linguagem escrita*. Lisboa: Universidade Aberta.
- Masoumi, S. Z., Khani, S., Kazemi, F., Kalhori, F., Ebrahimi, R., & Roshanaei, G. (2017). Effect of marital relationship enrichment program on marital satisfaction, marital intimacy, and sexual satisfaction of infertile couples. *International Journal of Fertility & Sterility*, 11(3), 197-204.
- Menezes, C. B. (2009). *Por que meditar?: A relação entre o tempo de prática de meditação, o bem-estar psicológico e os traços de personalidade* (Dissertação de mestrado). Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS, Brasil.
- Miller-Graff, L. E., Cummings, E. M., & Bergman, K. N. (2016). Effects of a brief psychoeducational intervention for family conflict: Constructive conflict, emotional insecurity and child adjustment. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 44(7), 1399-1410.
- Minami, T., Wampold, B. E., Serlin, R. C., Hamilton, E. G., Brown, G. S. J., & Kircher, J. C. (2008). Benchmarking the effectiveness of psychotherapy treatment for adult depression in a managed care environment: A preliminary study. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 76(1), 116-124.
- Mitchell, H. E., Bullard, J. W., & Mudd, E. H. (1962). Areas of marital conflict in successfully and unsuccessfully functioning families. *Journal of Health and Human Behavior*, 3(2), 88-93.
- Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., & Altman, D. G. (2009). Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: the PRISMA statement. *Annals of Internal Medicine*, 151(4), 264-269.
- Mosmann, C., & Falcke, D. (2011). Conflitos conjugais: Motivos e frequência. *Revista da SPAGESP*, 12(2), 5-16.
- Mosmann, C., Wagner, A., & Féres-Carneiro, T. (2006). Qualidade conjugal: Mapeando conceitos. *Paidéia*, 16(35), 315-325.
- Naldoni, L. M., Pazmiño, M. A., Pezzan, P. A., Pereira, S. B., Duarte, G., & Ferreira, C. H. (2011). Evaluation of sexual function in Brazilian pregnant women. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 37(2), 116-129.

- Narciso, I., & Costa, M. E. (2001). Percursos de mudança na qualidade conjugal: Fragmentos de um estudo sobre conjugalidades satisfeitas. *Cadernos de Consulta Psicológica*, 17-18, p. 181-195.
- Narciso, I., & Ribeiro, M. T. (2009). *Olhares sobre a conjugalidade*. Lisboa: Coisas de Ler.
- 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(1), 26.
- Norgren, M. B. P., Souza, R. M. D., 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.
- Oggins, J., Veroff, J., & Leber, D. (1993). Perceptions of marital interaction among black and white newlyweds. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65(3), 494-511.
- Oliveira, R. S., Barros, B. M. C., & Goulart, G. M. (2016). As tecnologias da informação e comunicação na (des) construção das relações humanas contemporâneas: Implicações do uso do aplicativo Tinder. *Revista Brasileira de Direito*, 12(1), 88-99.
- Pearce, Z. J. (2005). *Attributions as a mediator between attachment style and couple relationship outcomes* (Doctoral dissertation). Griffith Univeristy, Brisbane.
- Peçanha, R. F., & Rangé, B. P. (2008). Terapia cognitivo-comportamental com casais: Uma revisão. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 4(1), 1-11.
- Perlin, G., & Diniz, G. (2005). Casais que trabalham e são felizes: Mito ou realidade? *Psicologia Clínica*, 17(2), 15-29.
- Postel, M. G., Haan, H. A., & Jong, C. A. (2008). E-therapy for mental health problems: A systematic review. *Telemedicine and e-Health*, 14(7), 707-714.
- Razera, A. P. R., Buetto, L. S., Lenza, N. F. B., & Sonobe, H. M. (2014). Vídeo educativo: Estratégias de ensino-aprendizagem para pacientes em tratamento quimioterápico. *Ciência, Cuidado e Saúde*, 13(1), 173-178.
- 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.
- Rodrigues, S. M. S. (2013). *Comunicação em casais satisfeitos: Que significações e processos?: Um estudo qualitativo exploratório* (Tese de doutorado). Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal.
- Rodriguez, A. J. (2016). *Parental military service and adolescent mental and behavioral health: The role of adolescent-civilian parent interactions* (Doctoral dissertation). University of Southern California, California.
- 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.

- Rolim, K. I., & Wendling, M. I. (2013). The story of us: Reflections on formation and dissolution of marriage. *Psicologia Clínica, 25*(2), 165-180.
- Roudinesco, E. (2003). *A família em desordem*. Rio de Janeiro: Zahar.
- Rubenstein, J. L., & Feldman, S. S. (1993). Conflict-resolution behavior in adolescent boys: Antecedents and adaptational correlates. *Journal of Research on Adolescence, 3*(1), 41-66.
- Rust, J., Bennun, I., & Crowe, M. (1988). *The Golombok Rust Inventory of Marital State (GRIMS): Test and handbook*. Cambridge: The Psychometrics Centre.
- Sandberg, J. G., Bradford, A. B., & Brown, A. P. (2017). Differentiating between attachment styles and behaviors and their association with marital quality. *Family Process, 56*(2), 518-531.
- Sardinha, A., Falcone, E. O., & Ferreira, M. C. (2009). As relações entre a satisfação conjugal e as habilidades sociais percebidas no cônjuge. *Psicologia: Teoria e pesquisa, 25*(3), 395-402.
- Sayers, S. L., Baucom, D. H., Sher, T. G., & Weiss, R. L. (1991). Constructive engagement, behavioral marital therapy, and changes in marital satisfaction. *Behavioral Assessment, 13*(1), 25-49.
- Scheeren, P., Vieira, R. V. D. A., Goulart, V. R., & Wagner, A. (2014). Marital quality and attachment: The mediator role of conflict resolution styles. *Paidéia, 24*(58), 177-186.
- Schilling, E. A., Baucom, D. H., Burnett, C. K., Allen, E. S., & Ragland, L. (2003). Altering the course of marriage: The effect of PREP communication skills acquisition on couples' risk of becoming maritally distressed. *Journal of Family Psychology, 17*(1), 41-53.
- Schmidt, B., Staudt, A. C. P., & Wagner, A. (2016). Intervenções para promoção de práticas parentais positivas: Uma revisão integrativa. *Contextos Clínicos, 9*(1), 2-18.
- Schoebi, D., Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (2012). Stability and change in the first 10 years of marriage: Does commitment confer benefits beyond the effects of satisfaction? *Journal of Personality and Social Psychology, 102*(4), 729-742.
- Scorsolini-Comin, F., & Santos, M. A. (2012). Correlations between subjective well-being, dyadic adjustment and marital satisfaction in Brazilian married people. *The Spanish Journal of Psychology, 15*(1), 166-176.
- Scorsolini-Comin, F., & Santos, M. A. (2010). Marital satisfaction: integrative review of national scientific literature. *Psicologia: Teoria e pesquisa, 26*(3), 525-532.
- Sears, M. S., Repetti, R. L., Reynolds, B. M., Robles, T. F., & Krull, J. L. (2016). Spillover in the home: The effects of family conflict on parents' behavior. *Journal of Marriage and Family, 78*(1), 127-141.
- Sevier, M., Eldridge, K., Jones, J., Doss, B. D., & Christensen, A. (2008). Observed communication and associations with satisfaction during traditional and integrative behavioral couple therapy. *Behavior Therapy, 39*(2), 137-150.

- Shapiro, A. F., & Gottman, J. M. (2005). Effects on marriage of a psycho-communicative-educational intervention with couples undergoing the transition to parenthood, evaluation at 1-year post intervention. *The Journal of Family Communication*, 5(1), 1-24.
- Shulman, S., Tuval-Mashiach, R., Levran, E., & Anbar, S. (2006). Conflict resolution patterns and longevity of adolescent romantic couples: A 2-year follow-up study. *Journal of Adolescence*, 29(4), 575-588.
- Sierau, S., & Herzberg, P. Y. (2012). Conflict resolution as a dyadic mediator: Considering the partner perspective on conflict resolution. *European Journal of Personality*, 26(3), 221-232.
- 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.
- Snyder, D. K., Castellani, A. M., & Whisman, M. A. (2006). Current status and future directions in couple therapy. *Annual Review of Psychology*, 57, 317-344.
- Snyder, D. K., & Halford, W. K. (2012). Evidence-based couple therapy: Current status and future directions. *Journal of Family Therapy*, 34(3), 229-249.
- Snyder, D. K., & Schneider, W. J. (2002). Affective reconstruction: A pluralistic, developmental approach. In A. S. Gurman, & N. S. Jacobson (Eds.), *Clinical handbook of couple therapy* (pp. 151-179). New York: The Guilford Press.
- 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.
- Straube, K. M., Gonçalves, M. P., & Centa, M. L. (2003). Percepção dos filhos sobre o divórcio dos pais. *Família, Saúde e Desenvolvimento*, 5(3), 173-184.
- Sullivan, K. T., Pasch, L. A., Johnson, M. D., & Bradbury, T. N. (2010). Social support, problem solving, and the longitudinal course of newlywed marriage. *Journal of Personality and Social Psychology*, 98(4), 631-644.
- Teodoro, M. L. M. (2006). Afetividade e conflito em díades familiares: Avaliação com o famiógrama. *Revista Interamericana de Psicologia*, 40(3), 385-390.
- Valença, M. C. L., & Silva, C. (2017). cREaDTivity: Um processo que integra design thinking e técnicas de criatividade na elicitação de requisitos de software. *Revista Eletrônica Argentina-Brasil de Tecnologias da Informação e da Comunicação*, 1(7), 1-15.
- Vazhappilly, J. J., & Reyes, M. E. S. (2018). Efficacy of emotion-focused couples communication program for enhancing couples' communication and marital satisfaction among distressed partners. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 48(2), 79-88.
- Veldorale-Brogan, A., Lambert, N. M., Fincham, F. D., & DeWall, C. N. (2013). The virtue of problem-solving: Perceived partner virtues as predictors of problem-solving efficacy. *Personal Relationships*, 20(3), 511-523.

- Weiss, S. P., & Palos, P. A. (1988). Relación entre el número de hijos, la satisfacción marital y la comunicación con el cónyuge. *Salud Mental, 11*(3), 15-18.
- Wheeler, L. A., Updegraff, K. A., & Thayer, S. M. (2010). Conflict Resolution in Mexican-origin couples: Culture, gender, and marital quality. *Journal of Marriage and Family, 72*(4), 991-1005.
- Whiting, J. B. (2008). The role of appraisal distortion, contempt, and morality in couple conflict: A grounded theory. *Journal of Marital and Family Therapy, 34*(1), 44-57.
- Zordan, E. P., Falcke, D., & Wagner, A. (2009). Casar ou não casar? Motivos e expectativas com relação ao casamento. *Psicologia em Revista, 15*(2), 56-76.
- Zordan, E. P., Wagner, A., & Mosmann, C. (2012). O perfil de casais que vivenciam divórcios consensuais e litigiosos: Uma análise das demandas judiciais. *Psico-USF, 17*(2), 185-194.

APÊNDICE A - QUESTIONÁRIO DE IDENTIFICAÇÃO SOCIODEMOGRÁFICO

Nossa pesquisa busca compreender como os membros do casal se relacionam entre si, que tipos de conflitos enfrentam mais frequentemente e quais as estratégias utilizam para resolvê-las. Não há respostas certas ou erradas. Por favor, seja sincero (a), suas respostas são muito importantes para nós. Suas opiniões ficarão em sigilo. Obrigado.

1. Nome: _____

2. Idade: _____ anos.

3. Sexo: _____.

4. Qual a sua religião?

Católica Espírita

Evangélica Outra. Qual? _____.

Protestante

5. Escolaridade:

Sem escolaridade

Ensino Superior Incompleto

Ensino Fundamental Incompleto

Ensino Superior Completo

Ensino Fundamental Completo

Pós-Graduação Incompleta

Ensino Médio Incompleto

Pós Graduação Completa

Ensino Médio Completo

6. Para fins de pesquisa, por favor, marque qual a sua renda pessoal:

Não tenho renda pessoal

De 7 a 9 salários mínimos

De 1 a 3 salários mínimos

10 ou mais salários mínimos

De 4 a 6 salários mínimos

7. Situação conjugal:

Morando juntos/união estável Casados oficialmente Outra _____

8. Há quanto tempo vocês estão juntos? Tempo de namoro _____ Tempo de união estável _____

9. Você já foi casado ou viveu como casal anteriormente? Sim Não

Quanto tempo de união? _____

10. Informações sobre filhos

Feminino Masculino

Idade:

Mora com vocês: Sim Não

- Feminino Masculino Idade: Mora com vocês: Sim Não
- Feminino Masculino Idade: Mora com vocês: Sim Não
- Feminino Masculino Idade: Mora com vocês: Sim Não

11. Você já fez algum tipo de terapia? Sim. Por quanto tempo? _____.

Qual? Grupo Individual Casal

Não

12. Qual o motivo principal para a busca da terapia? _____

APÊNDICE B - QUESTIONÁRIO DE IDENTIFICAÇÃO QUALITATIVA SOBRE O RELACIONAMENTO

1. Você participará da pesquisa individualmente ou seu cônjuge também participará da pesquisa?

- Individualmente
- Cônjuge

2. Você confirma a informação de que reside junto com seu cônjuge por no mínimo 6 meses?

- Sim
- Não

3. Caso você não resida junto por no mínimo 6 meses, explique abaixo sua situação conjugal:

4. Qual o seu tipo de união?

- Heteroafetiva
- Homoafetiva

5. Avalie o seu relacionamento em relação aos conflitos:

- Não possuímos
- Possuímos poucos conflitos
- Possuímos conflitos moderados
- Possuímos muitos conflitos

6. O quanto os conflitos impactam a sua satisfação com o seu relacionamento?

- Nada
- Pouco
- Moderadamente
- Muito

7. Você considera que seu relacionamento está em crise?

- Sim
- Não
- Outra

8. Você possui esperança que poderá lidar melhor com os conflitos conjugais?

- Não possuo esperança
- Possuo pouca esperança
- Possuo esperança moderada
- Possuo muita esperança

9. Você possui esperança de que os vídeos psicoeducativos poderão te ajudar?

- Sim

**ANEXO A - ESCALA DE CONFLITOS CONJUGAIS - CONFLICT RESOLUTION
BEHAVIOR QUESTIONNAIRE (CRBQ)**

	Nunca	Raramente	Às vezes	Frequentemente	Sempre
	1	2	3	4	5
1. Tento não falar sobre o assunto.					
2. Fico muito bravo e começo a gritar.					
3. Tento raciocinar.					
4. Ajo de forma sarcástica.					
5. Tento acalmar as coisas.					
6. Escuto o que o outro está dizendo e tento compreender.					
7. Me fecho e guardo meus sentimentos para mim mesma.					
8. Tento chegar a um acordo.					
9. Fico fria e distante ou “não dou bola” para o outro.					
10. Fico bravo e vou embora.					
11. Falo tudo o que estou sentindo.					
12. Quanto mais falo, mais bravo eu fico.					
13. Permaneço bravo por um longo tempo.					
14. Fico bravo e jogo o que tem pela frente na outra pessoa.					
15. Digo ou faço algo para magoar o outro.					
16. Vou para o meu quarto para ficar sozinho.					
17. Assisto TV, leio um livro ou jogo videogames.					
18. Digo a mim mesmo que o problema não é importante.					

19. Tento ficar de bom humor e “levar na boa”.					
20. Falo com algum amigo ou algum familiar sobre como eu me sinto.					
21. Peço desculpas ao outro.					
22. Revido da mesma forma que o outro: “dou o troco”.					

ANEXO B - FAMILIOGRAMA-R (FG)

Marque um * no nome da pessoa com quem a pessoa mora

Nas próximas páginas, pediremos a você que descreva como é o relacionamento entre algumas pessoas da sua família. Para isto, gostaríamos que você pensasse em cada membro de sua família e sobre os sentimentos que existem, **geralmente**, no dia-a-dia de cada relação.

Em seguida, pediremos que você pense em apenas uma relação de cada vez. Para cada relação familiar, serão mostradas várias palavras que demonstram sentimentos e comportamentos. Você deverá marcar o quanto você acha que estas palavras refletem a relação. Os valores vão de 1 (a palavra não descreve a relação de jeito nenhum) até 5 (a palavra descreve a relação totalmente). Veja este exemplo sobre o relacionamento de João e Pedro:

João e Maria têm um relacionamento:

	De jeito nenhum	Pouco	Mais ou menos	Muito	Completa-mente
Tranquilo	1	2	3	4	5

Neste exemplo, o relacionamento de João e Pedro foi descrito como sendo completamente tranquilo (5).

Lembre-se de que **não existem respostas certas ou erradas**. Nós só queremos conhecer um pouco mais sobre a sua família.

Relação entre você e seu cônjuge

Eu e meu cônjuge temos um relacionamento:

		De jeito nenhum	Pouco	Mais ou menos	Muito	Completa-mente
1	Carinhoso	1	2	3	4	5
2	Alegre	1	2	3	4	5
3	Confuso	1	2	3	4	5
4	Nervoso	1	2	3	4	5
5	Estressante	1	2	3	4	5
6	Agradável	1	2	3	4	5
7	Verdadeiro	1	2	3	4	5
8	Afetivo	1	2	3	4	5
9	Protetor	1	2	3	4	5
10	Baixo-astral	1	2	3	4	5

11	Amoroso	1	2	3	4	5
12	Ruim	1	2	3	4	5
13	Sufocante	1	2	3	4	5
14	Acolhedor	1	2	3	4	5
15	Tenso	1	2	3	4	5
16	Harmonioso	1	2	3	4	5
17	Atencioso	1	2	3	4	5
18	Precioso	1	2	3	4	5
19	Frio	1	2	3	4	5
20	Difícil	1	2	3	4	5
21	Agressivo	1	2	3	4	5
22	Chato	1	2	3	4	5

ANEXO C - ESCALA DE SATISFAÇÃO CONJUGAL (ESC) - CÔNJUGES

A seguir é apresentada uma lista de acontecimentos que você deverá ler, julgar e marcar um X na resposta, de acordo com as seguintes opções:

Acontecimentos	Eu gostaria que fosse muito diferente	Eu gostaria que fosse um pouco diferente	Eu gosto de como tem sido
1. Tempo que seu cônjuge dedica ao casamento.			
2. A frequência com seu cônjuge te diz algo bonito.			
3. O quanto seu cônjuge te atende.			
4. A frequência com que seu cônjuge te abraça.			
5. A atenção que seu cônjuge tem para com sua aparência.			
6. A comunicação com seu cônjuge.			
7. O comportamento do seu cônjuge na frente de outras pessoas.			
8. A forma como seu cônjuge pede para terem relações sexuais.			
9. O tempo que dedica a seu cônjuge.			
10. O tempo que seu cônjuge dedica a você.			
11. A forma como se comporta quando seu cônjuge está triste.			
12. A forma como se comporta quando seu cônjuge está chateado.			
13. A forma como se comporta quando seu cônjuge está preocupado.			
14. A forma como seu cônjuge se comporta quando está de mau humor.			
15. A forma como seu cônjuge organiza sua vida e suas coisas.			
16. As prioridades que seu cônjuge tem na vida.			
17. A forma como seu cônjuge passa o seu tempo livre.			
18. A reação de seu cônjuge quando não quero ter relações sexuais.			

19. A pontualidade de seu cônjuge.			
20. O cuidado que seu cônjuge tem com sua saúde.			
21. O interesse que seu cônjuge tem pelo que eu faço.			
22. O tempo que passamos juntos.			
23. A forma como seu cônjuge procura resolver os problemas.			
24. As regras que seu cônjuge faz para que sejam seguidas em casa.			

ANEXO E - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Convidamos o (a) Sr.(a) para participar da Pesquisa “EFETIVIDADE DE VÍDEO-SESSÕES PSICOEDUCATIVAS DE TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL NA RESOLUÇÃO DE CONFLITOS E SATISFAÇÃO CONJUGAL”, sob a responsabilidade da pesquisadora Renata Campos Moreira de Souza Coelho e Prof. Maylcon Teodoro, cujo objetivo é avaliar a efetividade da psicoeducação em plataformas virtuais na satisfação conjugal. Sua participação é voluntária e se dará por meio do preenchimento de inventários de satisfação e conflitos conjugais, depressão, ansiedade e personalidade em dois momentos, antes e após a intervenção. Além disso, você deverá assistir a 3 sessões de vídeos com conteúdo de psicoeducação de aproximadamente 30 minutos que serão divididos em mini vídeos variando de 3 a 8 minutos cada um.. Sobre os riscos, estes são mínimos, podendo envolver desconforto emocional diante da exposição dos vídeos. Caso seja necessário, o casal será encaminhado para atendimento psicológico individual pela pesquisadora responsável.

Rubrica do sujeito de pesquisa ou responsável: _____

Rubrica do pesquisador: _____

Se depois de consentirem sua participação o Sr. (a) desistir de continuar participando, tem o direito e a liberdade de retirar seu consentimento em qualquer fase da pesquisa, seja antes ou depois da coleta dos dados, independentemente do motivo e sem qualquer dano ou prejuízo a sua pessoa. Não haverá despesas, compensações ou benefícios diretos pela sua participação, que deve ser livre e voluntária. Você também tem o direito de ser mantido atualizado sobre os resultados da pesquisa. Os resultados serão analisados e publicados, mas sua identidade não será divulgada, sendo guardada em sigilo. Para qualquer outra informação, o (a) Sr. (a) poderá entrar em contato com o pesquisador no endereço: Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas da Universidade Federal de Minas Gerais, Departamento de Psicologia. Avenida Presidente Antônio Carlos, 6627 - Pampulha, Belo Horizonte - MG, 31270-901, pelos telefones (31) 98858-5410 ou ainda através do e-mail: renatacmoreira@hotmail.com.

Caso haja dúvidas relacionadas à ética desta pesquisa você poderá entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa da UFMG (COEP), Av. Antônio Carlos, 6627. Unidade administrativa II - 2º andar, sala 2005 - Campus Pampulha. Belo Horizonte, MG - Brasil. CEP: 31270-901. Telefone (31) 3409- 4592. E-mail: coep@prpq.ufmg.br. O referido termo está sendo disponibilizado em duas vias, sendo que uma ficará em posse do senhor (a) e outra em posse do pesquisador.

Consentimento pós-informação

Eu, _____, fui informado sobre o que o pesquisador quer fazer e porque precisa da minha colaboração, e entendi a explicação. Por isso, eu concordo em participar do projeto, sabendo que não vou ganhar nada e que posso sair quando quiser.

Assinatura do participante

Data: ___/___/___

Assinatura do pesquisador responsável

Data: ___/___/___