



# LSPA

INSTITUTO UNIVERSITÁRIO  
CIÊNCIAS PSICOLÓGICAS, SOCIAIS E DA VIDA

Um olhar sobre as relações amorosas:  
Satisfação conjugal, Intimidade e  
Satisfação sexual

BRUNA SOFIA  
NOGUEIRA LOPES

Orientador de Dissertação:  
PROFESSORA DOUTORA MARIA GOUVEIA PEREIRA

Coordenador de Seminário de Dissertação:  
PROFESSORA DOUTORA MARIA GOUVEIA PEREIRA

Tese submetida como requisito parcial para a obtenção do grau de:  
MESTRE EM PSICOLOGIA  
Especialidade em Psicologia Clínica

2012

Dissertação de Mestrado realizada sob a orientação de Professora Doutora Maria Gouveia Pereira, apresentada no ISPA – Instituto Universitário para obtenção de grau de Mestre na especialidade de Psicologia Clínica.

## Agradecimentos

Aos meus queridos e fantásticos pais, porque sem eles nada disto seria possível. Agradeço-vos muito por me terem proporcionado esta oportunidade, esta e tantas outras. Queria-lhe, igualmente, agradecer-vos por terem feito de mim a pessoa que sou hoje. Obrigada por terem acreditado em mim, e pelo optimismo. Devo-vos muito. Orgulho-me muito de vocês. Um verdadeiro obrigada.

À minha avó tão especial que sempre me ouve com a sua paciência e disponibilidade inesgotável. A ti avó também queria agradecer-te por me fazeres sentir tantas vezes orgulho de mim mesma. Todas as pessoas eram bem mais felizes se tivessem uma pessoa como tu ao lado.

Ao meu avô, aos meus irmãos, sobrinho e cunhado por me terem acompanhado nesta longa caminhada. Aquele sorriso que fazes Avô quando me vês vestidinha à Senhora Doutora faz-me pensar que todo este esforço valeu a pena. Vanessa, fico muito contente por dizeres com orgulho às outras pessoas que a tua irmã é psicóloga. Pedro, obrigada pelas conversas ao longo destes anos de convivência. Gonçalo, meu rapagão lindo, aqueles “abracinhos” valem mais que muitas palavras, muito obrigada. Aos meus pequenos, obrigada pelos sorrisos mais lindos deste mundo.

À minha grande companheira, amiga, confidente, minha madrinha linda (já pensavas que me ia esquecer de ti), apesar de tantos “bate bocas”, agradeço-te muito pela ajuda que sempre me deste ao longo destes anos. Ter uma madrinha como tu é simplesmente fantástico, tu sabes disso. Nunca percas essas tuas gargalhadas magníficas.

Ao meu amor, um grande, encantador e admirável homem, obrigada por estares sempre disponível para mim, pelo teu apoio, por me teres dado tanta força, por acreditares em mim. Agradeço-te por toda a tua dedicação e pelo sonho de relação que temos. Joel um grande obrigada pela enorme felicidade que dás todos os dias à minha vida.

Minha excelente família, vocês são as pessoas mais importantes da minha vida, as pessoas que eu quero todos os dias a meu lado, as pessoas que eu mais amo na minha vida. Contem sempre comigo, tal como eu conto com vocês.

À minha amiga Joana Santos, um enorme obrigada por toda a ajuda, pela tua sempre disponibilidade, pelas nossas conversas, pelas tuas palavras, pela tua força, pela tua motivação, pela tua preocupação, muito obrigada. Ter uma amiga como tu, e ainda por cima seres um grande exemplo de mulher é um grande motivo de orgulho. Tirando o facto do “Bom Natal até para o ano” não mudes em nada, principalmente, mantem a nossa boa amizade.

Ao meu amigo André muito obrigada pela ajuda. É fantástica a forma como estás sempre pronto a ajudar, sempre disponível para os outros e sempre com essa boa disposição. Nunca percas essa tua boa disposição. Muito obrigada por eu sentir que és uma pessoa com quem eu posso sempre contar.

Aos meus restantes amigos, um grande obrigada por me terem acompanhado estes anos, por me terem ouvido falar tanto da tese, por me terem ajudado, por serem presentes na minha vida, e pelos bons momentos.

À minha professora, Professora Doutora Maria Gouveia Pereira, pela sua orientação e pelos seus conhecimentos.

Ao serviço de psicologia da Junta de freguesia de S. Domingos de Rana, por me terem ouvido em alguns momentos muito stressantes e por estarem a proporcionar um bom crescimento a esta “pintainha”.

A todos os participantes um grande obrigada.

Enfim, uma etapa quase concluída, o caminho não foi fácil, mas com vocês tudo isto tornou-se mais fácil. OBRIGADA a todos.

## Resumo

Este estudo tem como objectivo estudar a relação entre satisfação conjugal, intimidade e satisfação sexual; e verificar como estas variáveis se comportam em função do tipo de relacionamento (namoro, união de facto/casamento) e do sexo (masculino, feminino) dos sujeitos.

Participaram neste estudo 193 sujeitos sem filhos, residentes no Distrito de Lisboa com idades compreendidas entre 20 e 51 anos, sendo que a maioria dos sujeitos tinha idades entre 20 e 30 anos. Em relação ao sexo dos participantes, 43.5% eram do sexo masculino e 56,5% eram do sexo feminino. Encontra-se em relação de namoro 52.8% dos participantes, em união de facto 24.4% dos participantes e em casamento 22.8% dos participantes.

Este estudo utilizou uma metodologia quantitativa. O instrumento utilizado é composto por: Escala de Avaliação da Satisfação em Áreas da Vida Conjugal (EASAVIC), (Narciso & Costa, 1996); Escala de Avaliação Pessoal da Intimidade em Relacionamentos (PAIR), (Schaefer & Olson, 1981, versão Portuguesa: Moreira & Canavarro, 2007); e Índice de Satisfação Sexual (ISS), (Hudson, Harrison & Crosscup, 1981, versão Portuguesa: Pechorro, Diniz, Almeida & Vieira, 2009).

Os resultados indicam que existe uma relação entre satisfação conjugal, intimidade e satisfação sexual, o que vai de encontro à hipótese colocada. Mostram que o amor (dimensão da satisfação conjugal) é a dimensão que mais explica a satisfação sexual, o que era esperado. E revelam também que não há diferenças significativas entre o tipo de relacionamento e a satisfação conjugal, intimidade e satisfação sexual, tal como não se observou diferenças significativas entre o sexo dos participantes e a satisfação conjugal, intimidade e satisfação sexual.

**Palavras-chave:** Satisfação conjugal; Intimidade; Satisfação sexual; Tipo de relacionamento; Sexo

## Abstract

This study aims to study the relation between marital satisfaction, intimacy and sexual satisfaction; and to see how these variables behave as a function of the type of relationship (courtship, fact union, marriage) and sex (male, female) of subjects.

Participated in this study 193 subjects, residents in the district of Lisbon aged between 20 and 51 years old, with the majority of subjects has ages between 20 and 30 years old. In relation to sex of participants, 43,5 % were male, and 56,5% were female. Is in a dating relationship 52,8% of the participants, in fact union 24,4% of the participants and in marriage 22,8% of the participants

This study is a quantitative methodology, the instrument is to consist for: Scale assessment of satisfaction in areas of married life (EASAVIC) (Narciso & Costa, 1996); Personal assessment of intimacy in relationship (PAIR) (Shaefer & Olson, 1981); translated and adapted for the Portuguese population by Moreira & Canavarro (2007); and Index of sexual satisfaction (ISS) (Hudson, Harrison & Crosscup, 1981); translated and adapted for the Portuguese population by Pechorro, Diniz, Almeida & Vieira (2009).

The results indicate that there is a relationship between marital satisfaction, intimacy and sexual satisfaction, which coincides with the hypothesis put. Show that love (dimension of marital satisfaction) is the dimension that explains more sexual satisfaction, which was expected. Also reveals that there are no significant differences between the type of relationship and marital satisfaction, intimacy and sexual satisfaction, just as there were no significant differences between the sex of participants and the marital satisfaction, intimacy and sexual satisfaction.

**Key-words:** Marital Satisfaction; Intimacy; Sexual Satisfaction; Relationship Type; Sex

## Índice

Introdução.....	1
Satisfação Conjugal.....	3
Intimidade.....	6
Satisfação Sexual.....	11
Objectivos e Hipóteses de Estudo.....	17
Método.....	18
Resultados.....	24
Discussão.....	27
Conclusões.....	33
Referências Bibliográficas.....	34
Anexos.....	40

## **Índice de Tabelas**

Tabela 1- Caracterização da amostra.....	18
Tabela 2- Duração das relações de namoro.....	19
Tabela 3- Duração das relações de união de facto.....	19
Tabela 4- Duração das relações de casamento.....	19
Tabela 5- Análise descritiva.....	24
Tabela 6- Correlações entre todas as variáveis.....	25
Tabela 7- Variáveis que melhor explicam a Satisfação sexual.....	26



## **Introdução**

Os seres humanos existem em relação e as relações interpessoais desempenham um papel central no desenvolvimento humano, facilitando ou dificultando esse desenvolvimento, e como tal, não se deve hesitar em considerar o Homem como uma matriz de relações (Ribeiro & Costa, 2001/2002).

A interação humana é definida como uma série de mensagens trocadas entre pessoas, e a comunicação refere-se a qualquer comportamento verbal ou não verbal (Watzlawick, Beavin & Jackson, 1993).

Estabelecemos ao longo da vida relações de natureza diversa, e um dos diversos tipos de relação que desenvolvemos e que tem um grande impacto nas nossas vidas é a relação amorosa. Subjacente à relação amorosa está a conjugalidade, e é sobre este tema que o presente estudo se debruça.

A busca de uma união romântica é um processo que envolve expectativas de satisfação, bem-estar e felicidade (Andrade, Garcia & Cano, 2009).

O casal é visto como um todo, um sistema (Alarcão, 2002; Relvas, 1996). Sistema é definido como o conjunto de elementos em interação de forma que uma modificação num elemento provoca uma modificação no outro (Marc & Picard, 1984 in Alarcão, 2002). O casal também faz parte de outros sistemas, os quais influencia e é influenciado, como a sociedade, comunidade e a família (Alarcão, 2002; Relvas, 1996).

Segundo Alarcão (2002) durante o namoro, constroem-se muitos sonhos, iludem-se e esquecem-se as divergências e os aspectos que menos se gosta no parceiro, ou “alimenta-se” a ideia onipotente de que depois do casamento, o outro transforma-se de acordo com os nossos desejos. As pessoas organizam as vidas para estarem com o parceiro o máximo de tempo possível, tempo que nunca chega e depois cria-se a ilusão que depois do casamento é que vai ser bom. Vimos o parceiro como a pessoa mais importante nesta fase. E assim sendo, o tempo de namoro é mágico, e por isso presta-se a várias ilusões, a maior das quais é pensarmos que conhecemos bem o nosso parceiro.

A imagem do parceiro ideal, começa a formar-se na infância. A partir da imagem de casal dada pelos pais, se vai construindo o modelo de relação homem-mulher, através da vivência relacional na fratria vai-se afinando o modelo de relação entre pessoas da mesma

geração, como em princípio serão os elementos de casal. Nesta modelação entra ainda em linha de conta o factor pressão social, entre outros agentes culturais, como o modelo do homem e da mulher na sociedade (Relvas, 1996; Alarcão, 2002).

Todo o casal faz-se de um eu, tu e um nós. Cada membro do casal tem uma identidade e uma vida próprias, e por isso não se podem esquecer que a autonomia, partilha, e negociação são instrumentos importantes de articulação. Logo, a complementaridade e adaptação recíproca são aspectos importantes no casal (Alarcão, 2002).

O casal surge quando duas pessoas se comprometem numa relação que pretendem que se prolongue no tempo (Relvas, 1996). Este tipo de relação está ligado ao sentimento de amor. O amor é *“uma configuração complexa e dinâmica de sentimentos conscientes por um outro, com um outro, e por um nós em criação”* (Narciso & Ribeiro, 2009, p. 92).

A teoria triangular do amor (Sternberg, 1986; Narciso, 1994/95) sugere um modelo com três componentes essenciais no relacionamento romântico: intimidade, paixão e compromisso. Se todos estes tiverem presentes, vive-se um amor pleno. A paixão inclui atributos cognitivos tais como: pensamento intrusivo, idealização do outro ou da relação, desejo de conhecer o outro e de ser conhecido; atributos emocionais, tais como: atracção pelo outro, ansiedade, insegurança, actividade fisiológica intensa e desejo de união completa e permanente; atributos comportamentais, tais como: estudar o outro, servir o outro, manter proximidade física e acções para determinar os sentimentos do outro. A intimidade envolve revelação mútua de informações próprias, escuta recíproca de confidências, preocupação e cuidados com o outro, amizade, e compreensão mutua. O compromisso é caracterizado pelo desejo de continuar a relação, e pelo empenhamento na relação. Segundo Narciso (1994/1995) ao longo do tempo há um predomínio da intimidade, relativamente à paixão e ao compromisso.

O amor abarca todo um conjunto de sentimentos positivos referenciando a pessoa amada, entre eles: o carinho, a paixão, a comunicação, a protecção, a intimidade, e o sofrimento (Relvas,1996).

As relações não são estáticas, unitárias e imutáveis (Narciso & Costa 2001/2002). O amor é como uma forma pura sujeita a metamorfoses, e estas são afectadas não só pelo desenvolvimento da experiência conjunta de ser casal, mas também pelo desenvolvimento da experiência individualizada de cada um (Narciso, 1995).

A metacomunicação é extremamente relevante na vida do casal, é um elemento necessário à construção e evolução do casal, pois possibilita que os membros do casal se esclareçam, negociem, ultrapassem conflitos, e liguem-se (Alarcão, 2002).

A relação conjugal pressupõe uma relação amorosa íntima e o seu bem-estar e satisfação na relação são influenciados por diversos factores, entre os quais a intimidade (física e emocional) e a sexualidade conjugal, que constituem os pilares fundamentais da avaliação positiva do estado relacional feito pelo casal (Andrade, Garcia & Cano, 2009).

Tendo em conta que a satisfação conjugal, a intimidade e a satisfação sexual são considerados como elementos vitais à relação amorosa, é precisamente sobre estes conceitos que este estudo vai incidir (Trudel, 2002).

### **Satisfação Conjugal**

O casal é considerado como um tecido relacional em permanente criação onde se emalham semelhanças e diferenças, proximidades e distâncias, complementaridades e simetrias e é do olhar sobre este tecido que emerge o julgamento de maior ou menor satisfação conjugal (Narciso & Costa, 1996). Thompson, 1998 (in Narciso & Costa 1996), considera que a satisfação resulta de uma avaliação subjectiva (porque cada individuo tem os seus critérios para considerar a satisfação) e pessoal de cada parceiro sobre a sua relação conjugal.

Satisfação conjugal, qualidade marital e ajuste marital são muitas vezes usados alternadamente. Segundo Bystronski (1995) satisfação e qualidade são entendidas como sinónimos.

A satisfação conjugal está associada a sentimentos de prazer, de bem-estar, e de felicidade na vida em geral (Narciso, 1994/1995), e por isso é um factor bastante importante na relação conjugal.

A angústia marital e conflito conjugal destrutivo são factores de risco importantes para muitas espécies de disfunção e psicopatologia (Coie, Watt, West, Hawkins, Asarnow & Markman, 1993 in Litzinger & Gordon, 2005), ao passo que os componentes de sucesso conjugal têm sido ligados a uma maior saúde e longevidade (Murray, 2000 in Litzinger & Gordon, 2005).

A felicidade da pessoa na relação é consequência da comparação que esta faz entre os relacionamentos passados e o actual (Sternberg, 1989) e das expectativas que constrói sobre o parceiro e as características do parceiro real (Silva & Pereira, 2005). Assim sendo, a pessoa está satisfeita quando o parceiro real supera as expectativas, e quando a relação real supera o que a pessoa espera dessa relação (Arriaga 2001).

Os componentes preditivos da satisfação são diferentes para o homem e para a mulher (Hernandez e Oliveira, 2003). Por exemplo, os comportamentos de apoio dos homens parecem contribuir mais para a satisfação das mulheres que o inverso (Acitelli, 1996 in Narciso & Ribeiro 2009).

Os homens, no geral, têm uma visão mais positiva da sua relação conjugal (Gottman, 2000 in Narciso & Ribeiro 2009). Assim, Antunes e Carvalho (2011) consideram que as mulheres são mais exigentes do que os homens relativamente à conjugalidade.

As interacções de natureza sexual são vistas como uma experiência de papel fundamental na concepção, manutenção e natureza avaliativa dos relacionamentos conjugais (Alferes, 1996). O que vai de encontro a diversos estudos que demonstram uma relação positiva entre satisfação sexual e satisfação conjugal (Garcia & Cano, 2009; Yeh, Lorenz, Wickrama, Conger & Elder, 2006). Narciso e Costa (1996) referem que quanto maior a satisfação conjugal maior a satisfação sexual.

A comunicação também é vista como um componente central para a satisfação conjugal (Merves-Okin, Amidon & Bernt, 1991). Narciso e Costa (1996) referem que quanto maior a satisfação conjugal maior a satisfação na área da comunicação.

Muitos outros factores que influenciam a satisfação conjugal têm sido mencionados por vários autores como: a atracção física, atracção intelectual, atracção efectiva, empatia, respeito, projecto de vida em comum, fé em deus e compromisso espiritual, fidelidade, compreensão, partilha de tarefas domésticas, concordância com o gerir financeiro, personalidades semelhantes, aprovar a relação com os amigos, reciprocidade na tomada de decisões, entre outros.

O grau de satisfação é independente do tempo de relação, do sexo e da existência ou não de filhos segundo Narciso (1994/1995). Esta autora refere que nos primeiros anos de casamento, por vezes, há diminuição de satisfação devido às dificuldades de ajustamento

mutuo. Ribeiro e Costa (2001/2002) referem, também, que a satisfação na relação conjugal não varia em função do sexo dos indivíduos.

Existem vários factores do dia-a-dia que podem diminuir a satisfação conjugal, nomeadamente, conflitos, ajustamento mútuo, medos, não satisfação sexual, cansaço devido ao emprego e às tarefas domésticas, a falta de tempo para o casal e o modo como o tempo do casal é vivido (homens e mulheres valorizam de maneira diferente o modo como passam o tempo em conjunto, por exemplo, os homens valorizam o ver televisão em conjunto, enquanto que as mulheres valorizam o falar sobre a relação). Um factor que diminui a satisfação das mulheres é o facto de os homens não expressarem verbalmente o seu amor por elas, tal como elas. Por outro lado, os factores que fazem aumentar a satisfação conjugal são: construção a dois, descoberta do outro, autonomia, estabilidade e objectivos atingidos (Narciso, 1994/95).

O estudo realizado por Garcia e Cano (2009) que tinha como objectivo indicar os preditores da satisfação global de relacionamentos românticos, utilizou uma amostra de 344 casais brasileiros e usou os seguintes instrumentos: questionário demográfico e de caracterização sexual, escala triangular do amor de Sternberg, escala de satisfação global com o relacionamento de Rusbult (1983), escala de satisfação sexual de Aragón (2008), escala de satisfação com a vida de Diener (1985). Apartir deste estudo é possível aferir que intimidade, paixão, compromisso, aspectos positivos da satisfação sexual e satisfação com a vida são preditores da satisfação conjugal. Contudo, a paixão e intimidade, isto é, constructos que referenciam comportamentos de proximidade, respeito, valorização do companheiro, atractividade física, desejo, e comportamento sexual mostram uma maior contribuição para a satisfação global do relacionamento do que outros aspectos, como a satisfação sexual e o compromisso.

Neste estudo, adoptamos o conceito de satisfação conjugal tal como é definido por Thompson (1988, in Narciso, 1996), isto é, a satisfação conjugal é resultado de uma avaliação pessoal e subjectiva de cada elemento do casal relativamente à sua relação conjugal.

## **Intimidade**

Intimidade é o indivíduo se revelar naquilo que ele tem de mais privado, de mais íntimo; é desvendar a sua personalidade, as suas emoções e motivações e exprimir os seus sentimentos íntimos (Carvalho, 1999). O que vai de encontro à definição de intimidade, visto que intimidade vem do latim “íntimus” que significa: em relação com o mais interno, profundo, essencial. Assim sendo, as relações de intimidade são as relações mais significativas dos indivíduos, pois são revelados aspectos muito privados e interiores, os quais não são revelados nas interações sociais quotidianas (Crespo, Narciso, Ribeiro & Costa, 2006).

A intimidade tem um papel fundamental na relação conjugal (Isabel & Sinuché, 2006) pois promove a continuidade da relação (Crespo, Narciso, Ribeiro & Costa, 2006). Segundo Narciso (1994) a intimidade aumenta ao longo do tempo da relação.

Existem várias abordagens e interpretações deste conceito, contudo, o que parece ser comum a todas é o facto de considerarem que a intimidade é a exposição de algo privado entre os parceiros, através de uma acção intencional e de reciprocidade (Gomes, 2003), e também, o facto de considerarem que existe uma relação entre intimidade e satisfação conjugal (Barnes & Sternberg, 1997; Schaefer & Olson, 1981; Dandeneau & Johnson, 1994; Prager, 2000), sendo que, quanto maior a intimidade maior a satisfação conjugal (Waring, 1988; Sternberg, 1987).

Também se considera que quanto maior a intimidade maior satisfação na área da sexualidade; e quanto mais intimidade maior satisfação na área da comunicação (Narciso & Costa, 1996).

De acordo com Gomes (2003), a intimidade, numa perspectiva psicológica, está associada ao relacionamento conjugal e ao próprio indivíduo (enquanto processo dinâmico e relacional), e funciona como um elemento de validação, crescimento e desenvolvimento individual permitindo a autonomização e a diferenciação individual. Consequentemente, a este conceito está inerente uma dimensão de dupla integração: a do compromisso com o outro, e a de individualização (com objectivo de integração e de adaptação).

Narciso (2002) também menciona diferentes perspectivas acerca deste conceito: intimidade enquanto qualidade das relações ou enquanto qualidade individual. Enquanto qualidade das relações, focam-se os comportamentos interpessoais cujo objectivo é a

manutenção de um nível confortável de intimidade. Enquanto qualidade individual, o foco incide na motivação para procurar experiências íntimas, defendendo que o desejo ou necessidade de proximidade e de afecto é variável; ou na capacidade para procurar, estabelecer e manter relações íntimas; ou nos processos cognitivos; ou nos sentimentos.

Waring (1988) considera que a intimidade é importante para a qualidade marital e subentende oito factores centrais: afectos, expressividade, compatibilidade, coesão, sexualidade, resolução de conflito, autonomia e identidade.

Schaefer & Osion (1981) identificaram cinco etapas da intimidade: intimidade emocional (refere-se a experimentar sentimentos de aproximação); intimidade social (refere-se à experiência de ter amigos e actividades sociais comuns); intimidade intelectual (refere-se à experiência de partilhar ideias); intimidade sexual (refere-se à experiência de partilhar afectos geralmente, na actividade sexual); e intimidade recreativa (refere-se a partilhar experiências recreativas).

Outros autores consideram que a intimidade abarca as seguintes componentes: amor e afecto, valorização pessoal, confiança, auto-revelação e comunicação não verbal (Isabel & Sinuché, 2006).

Gomes (2003) considera dois tipos de intimidade: conjugal e sexual. A intimidade conjugal é entendida como “...o significado dado a uma interacção com características relacionais de proximidade, consensualidade e nível de profundidade, relativos a uma informação privada, sobressaindo o valor do significado da consciência e da intenção dos elementos da interacção.” Como tal, os parceiros têm um intenso e elevado conhecimento acerca de cada um. Os factores cognitivos e comportamentais da interacção íntima, possibilitam uma emocionalidade intensa que é central para a experiência íntima, e que, consequentemente, afecta o comportamento de confiança e a informação que cada um adquire acerca do outro. Na intimidade conjugal está subjacente a auto-revelação, sendo que as revelações intensas não podem existir fora do relacionamento, e por isso tornam-se dentro de uma relação, um comportamento íntimo verbal. Em relação à intimidade sexual, esta é associada ao envolvimento sexual, devido ao acto sexual ser considerado como um dos comportamentos mais íntimos. Faz-se esta consideração porque o comportamento sexual envolve a partilha do que é privado. As acções e as reacções que ocorrem no acto sexual são consideradas como auto-revelações muito íntimas. Logo, o comportamento sexual é encarado enquanto conceito de auto-revelação. A auto-revelação permite ao indivíduo obter

conhecimento acerca de si e do outro, e possibilita aos parceiros a coordenação das acções necessárias para reduzir a ambiguidade das intenções e do significado dos comportamentos de ambos. A auto-revelação também permite que o indivíduo obtenha feedback sobre si próprio, o que dá a possibilidade, ao ser conhecido pelo outro, de adquirir aceitação do auto-conceito através do relacionamento íntimo. Neste tipo de intimidade é relevante enfatizar o que distingue o íntimo de outros tipos de relacionamento, isto é, a percepção dos parceiros da honestidade e autenticidade do outro, sendo que o objectivo para relacionamentos íntimos é os parceiros conseguirem a aceitação um do outro. Só é possível atingir este objectivo se os indivíduos estiverem dispostos a divulgar informação pessoal acerca de si próprios.

Outra perspectiva sobre o conceito de intimidade é o de Narciso (2002), que considera que a intimidade tem inerente sete processos centrais que estão entrelaçados, constituindo um todo uno indivisível: amor, auto-revelação/partilha, apoio emocional, confiança, mutualidade, interdependência e sexualidade. O amor é considerado pela autora como uma configuração complexa e dinâmica de sentimentos conscientes por outro. O amor é considerado como o contorno da intimidade. Variadas definições de intimidade realçam a ideia de partilhar aquilo que é mais interior através da auto-revelação. Vários estudos revelam que a auto-revelação é maior com as pessoas de quem se gosta e também que a auto-revelação aumenta o gostar do outro. É através deste processo que cada indivíduo se expõe ao outro, deixando-se conhecer, revelando informações sobre os seus estados pessoais, sentimentos, pensamentos, filosofia de vida, historia de vida, etc. Na partilha está subjacente tanto a linguagem verbal como componentes não verbais (olhar, toque, proximidade física, etc). Este processo tem um papel fundamental na construção da identidade do casal pois permitem o desenvolvimento de objectivos, perspectivas, sonhos e decisões em conjunto, projectando a relação no futuro e é observado através da: qualidade de comunicação, percepção da expressão de sentimentos, modos de expressão de sentimentos, queixas relativas à expressão de sentimentos, percepção de empatia/apoio, percepção da qualidade e quantidade dos tempos livres familiares e sociais e dos tempos livres exclusivos do casal. O apoio emocional é um dos principais componentes da intimidade e uma das fontes fundamentais de bem estar psicológico e de saúde física, visto ser este apoio emocional que propicia o sentir-se amado, respeitado, valorizado, compreendido, e sentir o cuidado, a preocupação, a protecção e a atenção dos outros. A empatia, qualidade de comunicação e identidade do casal são alguns fios fundamentais que entretecem o apoio emocional. O desenvolvimento da intimidade implica uma relação baseada na confiança mútua, o que pressupõe uma percepção positiva do parceiro e da relação



e expectativas positivas de eficácia relacional. Estas últimas três, juntamente com a auto-revelação são os fios que entretecem a confiança. A mutualidade implica o envolvimento comum numa história de vida, um movimento bidireccional de sentimentos, pensamentos e acções, ou seja uma identidade de casal elevada (Acitelli, 1996 in Narciso, 2002). As semelhanças entre os cônjuges podem facilitar a mutualidade, visto que as semelhanças favorecem a compreensão e aceitação mútua e o aumento de proximidade (Acitelli, 1996, in Narciso, 2002). As relações onde existe equidade (equilíbrio percebido na proporção entre benefícios recebidos e contributos para a relação) parecem ser marcadas por níveis mais elevados de intimidade psicológica e sexual, tendem a ser mais estáveis e os parceiros sentem-se mais satisfeitos. Os fios principais da mutualidade são: a identidade do casal, a equidade, o ajustamento mútuo, a similitude, o apoio emocional, a confiança e a auto-revelação. A interdependência diz respeito à dependência mútua relativamente ao apoio, compreensão e acções, recursos, de modo a permitir a conjugação de duas com limites marcados mas flexíveis, equacionando-se duas questões, aparentemente, contraditórias: pertença e autonomia (ambas são necessárias para o equilíbrio da relação). A quantidade e qualidade de tempos livres individuais, respeito pela privacidade, apoio emocional, confiança e mutualidade são os fios que entretecem a interdependência. Por fim, a sexualidade é entretecida por fios específicos de uma intimidade física: frequência de relações sexuais, qualidade da sexualidade (expressão física dos sentimentos, desejo e prazer); e fios relativos à intimidade dita psicológica: sentimentos, auto-revelação, apoio emocional, confiança, mutualidade e interdependência. Os problemas ao nível da sexualidade são cada vez mais problemas de amor, de relação, de intimidade (Kayser, 1993 in Narciso 2002). Não é possível manter uma vida sexual satisfatória numa relação deficitária ao nível da auto-revelação, apoio emocional, confiança, mutualidade e interdependência (Levine, 1991 in Narciso, 2002). A auto-estima, empatia, comunicação (comunicação em geral, quer comunicação específica sobre sexualidade), a expressão verbal e não verbal dos afectos, o compromisso, a satisfação conjugal parecem ser factores fortemente influentes na satisfação sexual (Levine, 1991, in Narciso, 2002). Cada uma destas variáveis descritas é uma espécie de teia que é simultaneamente um todo e parte de outras teias que pela sua inter-relação, constituem um todo mais vasto, a intimidade. A intimidade é então vista com um carácter dinâmico e mutável, devido aos seus processos interactivos.

No entanto, Crespo, Narciso, Ribeiro & Costa (2006) desenvolveram um instrumento de avaliação da intimidade (Escala de Dimensões da Intimidade) e para isso consideraram as

sete dimensões propostas por Narciso (2002) e concluíram, efectivamente, a indivisibilidade do constructo, ou seja, para analisar a intimidade é necessário considerar as sete dimensões, mas, alternativamente, surgiu uma nova dimensões, a dependência (refere-se à insegurança e dependência em relação ao outro que impossibilita a construção de uma relação de intimidade).

Todos os relacionamentos íntimos envolvem eventos que facilitam a proximidade e segurança e eventos que são emocionalmente dolorosos, logo considera-se que um relacionamento íntimo é particularmente um desafiador emocional (Cordova, Gee & Warren, 2005). Como tal, parece relevante abordar o conceito de habilidade emocional referida por Cordova et al., (2005). Segundo estes autores, habilidade emocional é a capacidade de identificar, comunicar e expressar emoções e afectam a qualidade das relações por causa do papel facilitador que desempenham no processo de intimidade. A implicação é que a saúde conjugal depende do nível de intimidade que os parceiros alcançam e que esse nível de intimidade depende das habilidades de emoções que os parceiros trazem para o relacionamento. Assim, para homens e mulheres, as deficientes habilidades emocionais podem diminuir sua capacidade de proporcionar felicidade conjugal. Contudo, nem todas as divulgações emocionais são susceptíveis de facilitar o processo de intimidade (por exemplo: divulgações hostis negativas, tais como desprezo têm estado associadas a deteiorização civil). A forma como os indivíduos aprendem a comportar-se perante as suas emoções pode variar bastante, pois há variadas formas de lidar com uma emoção. Tem sido evidenciada uma diferença de género na expressividade emocional, tal que, as mulheres são mais propensas que os homens para expressar raiva, amor, felicidade e tristeza (Ross & Willigen, 1997) enquanto os homens têm mais dificuldade em comunicar emoções (Cordova et al., 2005). A habilidade emocional dos homens é mais importante para a satisfação conjugal das mulheres do que a habilidade emocional das mulheres é para satisfação marital dos homens, pois falar sobre emoções é um aspecto mais normativo da socialização das mulheres do que dos homens (Cordova et al., 2005).

Um estudo feito por Greeff & Malherbe (2001) teve como objectivo determinar a relação entre intimidade e satisfação conjugal para o homem e para a mulher. Participaram neste estudo 480 casais e os instrumentos utilizados foram o PAIR (personal assessment of intimacy in relationship) de Schaefer & Olson (1981) e o ENRICH (enriching & nurturing relationship issues, communication & happiness) de Olson, Fournier & Druckman (1993). Os resultados obtidos indicam: diferenças significativas na experiência de intimidade entre

homens e mulheres, de acordo com (Merves-Okin, Amidon & Bernt, 1991); os homens são menos satisfeitos com as suas experiências de intimidade sexual que as mulheres; os homens são menos satisfeitos com os seus aspectos de recreação no seu relacionamento do que a mulher; grande diferença entre as experiências de intimidade social da mulher e o grau de intimidade social que desejam do que no caso dos homens; a mulher demonstrou maior discrepância entre a sua intimidade sexual e o grau de intimidade sexual que desejam do que os homens; e uma relação positiva entre intimidade e satisfação conjugal.

Um estudo de Isabel e Sinuché (2006) teve como objectivo estudar o nível de intimidade e comunicação em quatro etapas da vida conjugal e relacionando com variável satisfação marital. Participaram neste estudo 200 casais mexicanos e foram utilizados os seguintes instrumentos: Familograma, Inventario de comunicação marital de Nina (1991), Inventario de Intimidade de Oslon & Scheafer (1987) e Escala de ajuste diadico de Spainer (1976). Os resultados obtidos indicam que: os casais sem filhos, com filhos pequenos ou com filhos adolescentes têm maior intimidade que os casais com filhos adultos; a comunicação não se altera com o tempo; os casais que conversam mais, com grandes expressões de amor, suporte e afecto tendem a ter uma grande satisfação conjugal; não relatou diferenças entre sexos; e em relação à intimidade ideal, verificou-se que os casais com menos anos de convivência têm maiores expectativas em relação ao seu parceiro que os casais com mais anos de convivência.

O conceito de intimidade é visto nesta investigação como um processo e uma experiência, que resulta da revelação de assuntos íntimos e da partilha de experiências (Schaefer & Olson, 1981).

### **Satisfação Sexual**

A satisfação sexual é vista e vai ser encarada na presente investigação como: uma resposta afectiva que surge da avaliação subjectiva das dimensões positivas e negativas associadas à relação sexual que a pessoa mantém com o seu companheiro (Lawrence & Byers, 1995); ou como o grau no qual a actividade sexual de uma pessoa corresponde aos seus ideais (Delamater, 1991); e é uma parte importante no relacionamento conjugal (Whisman, 2004).

A satisfação com a vida sexual está relacionada com as experiências sexuais passadas do indivíduo, expectativas actuais e aspirações futuras (Davidson, Darling & Norton, 1995).

Sprecher (2000 in Estrella, 2006) afirma que a satisfação sexual está relacionada com a frequência do acto sexual e com a consistência e partilha dos seus orgasmos com o seu parceiro sexual. Pelo contrário, Young, Denny, Young & Luquis (2000) afirmam que satisfação sexual não está relacionada com a frequência de orgasmos, e muito menos com a frequência de relações sexuais.

O parceiro ficar satisfeito reporta uma grande congruência entre a actividade sexual que ele deseja e a actividade sexual que ele experimenta (Brehm, 1992).

Uns pesquisadores têm estudado a contribuição da satisfação sexual no relacionamento conjugal, outros pesquisadores têm investigado o inverso, explorando a contribuição de satisfação com o relacionamento com a satisfação sexual dos casais. Pesquisadores demonstraram que entre os factores mais fortemente relacionados com a satisfação sexual, a satisfação conjugal está entre os mais importantes contribuintes (Young et. al., 2000). Assim sendo, quanto menor a satisfação conjugal, maior a probabilidade de inactividade sexual e separação, mas quando se está satisfeito com o relacionamento e com o parceiro é mais provável que se deseje intimidade sexual, demonstrando uma forte ligação entre a satisfação conjugal e sexual (Donnelly, 1993; Whisman, 2004; Litzinger & Gordon, 2005; Trudel, 2002; Christopher & Sprecher, 2000).

A satisfação sexual está, também relacionada com a comunicação, mais especificamente, quando os casais comunicam melhor, a sua vida sexual melhora (Markman, Renick, Floyd, Stanley, & Clements 1993).

O desejo sexual tem um papel fundamental na vivência da sexualidade. Desejo sexual pode ser definido como uma motivação para buscar, iniciar, ou responder a uma estimulação sexual ou a antecipação prazerosa de tais actividades no futuro (Levine, 1988). Alguns estudos consideram que o baixo desejo sexual está associado a uma diminuição dos níveis de intimidade e satisfação com o relacionamento tanto para os indivíduos como para aos parceiros (Whisman, 2004). Os parceiros que acham que há uma discrepância entre o seu próprio desejo e o do parceiro também demonstram uma menor satisfação com a relação (Davies, Katz, & Jackson, 1999).

Quando a sexualidade é disfuncional ou inexistente, ela vai drenando a relação de intimidade e de bons sentimentos (McCarthy, 2003).

Os problemas sexuais têm sido associados com dificuldades conjugais (Trudel, 2002). Quando ocorre problemas a este nível é perturbador para ambos os parceiros (Whisman, 2004). A maior parte das insatisfações conjugais e sexuais se devem a problemas de comunicação entre os membros do casal. Todas as pessoas devem comunicar de forma adequada os seus desejos (Arturo, 2006). A habilidade de comunicação para tratar de assuntos dentro da esfera do relacionamento como o desejo sexual, métodos contraceptivos, e história do passado sexual é um aspecto importante para a qualidade sexual do relacionamento e, como consequência, um preditor da satisfação global do indivíduo (Green & Faulkner, 2005).

Um conflito não resolvido pode servir como causa de disfunção sexual, e, por sua vez, disfunção sexual pode actuar como um catalisador para precipitar um conflito de relacionamento negativo e problemas conjugais. Por outro lado, o conflito é uma oportunidade para aumentar a intimidade emocional e sexual, pois pode até agir como um afrodisíaco emocional, porque quando resolvidos favoravelmente, os parceiros sentem-se positivos e especiais sobre o outro (Metz & Epstein, 2002).

Existem diferenças individuais que influenciam as relações amorosas. A primeira dimensão, é o evitamento que reflecte o grau em que os indivíduos se sentem confortáveis com a proximidade e intimidade emocional em relacionamentos. Pessoas com graus mais altos tendem a investir menos nos seus relacionamentos e esforçam-se para permanecer psicologicamente e emocionalmente independentes dos seus parceiros (Hazan & Shaver, 1994). A segunda dimensão, denominado ansiedade, marca o grau em que os indivíduos se preocupam e reflectem sobre serem rejeitadas ou abandonadas pelos seus parceiros. As pessoas seguras tendem a ter graus mais baixos em ambas as dimensões. Os indivíduos seguros de si tendem a se sentir mais confortáveis com a sua sexualidade, estão abertos à exploração sexual e a desfrutar de uma variedade maior de actividades sexuais (Feeney & Noller, 2004 in Butzer & Campbell, 2008). Os indivíduos mais ansiosos são muito dependentes de outros para aprovação e preocupam-se muito com o abandono e a rejeição (Shaver & Hazan, 1988). Assim sendo, os indivíduos ansiosos têm relações sexuais para reduzir a insegurança e estabelecer proximidade intensa (Birnbaum, 2007). Os indivíduos mais evitantes consideram as relações sexuais desconfortáveis e ingratas devido ao seu mal-estar geral com a intimidade e com o desejo de evitar a proximidade (Mikulincer & Shaver, 2007 in Butzer & Campbell, 2008). A ligação entre satisfação sexual e conjugal pode ser mais forte para algumas pessoas do que para os outros. Os indivíduos ansiosos tendem a usar as experiências sexuais como um barómetro da qualidade da sua relação, enquanto indivíduos de

evitantes não (Butzer & Campbell, 2008). O estudo realizado por Butzer e Campbell (2008) em 116 casais tinha como objectivo ver a relação entre satisfação sexual e conjugal e “adult attachment theory” de Bowlby (1980) indicou que: os níveis mais elevados de ansiedade e evitamento estão relacionados a níveis mais baixos de satisfação sexual, a nível individual; indivíduos com parceiros mais evitantes relataram ter sido sexualmente menos satisfeitos; e os indivíduos com cônjuges mais ansiosos não relatam estar menos satisfeitos com seus parceiros no relacionamento sexual. Em relação à satisfação conjugal os resultados revelaram que: os indivíduos ansiosos, e os indivíduos com parceiros ansiosos, mostraram maiores níveis de satisfação marital quando também foram elevados os níveis de satisfação sexual; os indivíduos com pouca ansiedade mostraram uma fraca associação entre sua satisfação sexual e conjugal, enquanto os indivíduos com parceiros menos ansiosos mostraram níveis semelhantes de satisfação, independentemente do seu nível de satisfação sexual; os indivíduos evitantes têm níveis mais baixos de satisfação conjugal, independentemente dos seus níveis de satisfação sexual, ou seja, não existe associação entre satisfação conjugal e sexual. Os instrumentos utilizados foram: Índice de satisfação sexual (Hudson, Harrison & Crosscup, 1981), Enriquecendo e alimentando as questões de relacionamento, comunicação e relacionamento felicidade sexual (Fournier, Oslon, & Druckman, 1983), Escala de avaliação da relação (Hendrick's, 1988), e Questionário de experiências na relação estreita (Fraleigh, Waller & Brennan, 2000).

Trudel (2002) fez uma pesquisa telefónica em pessoas casadas cujo objectivo era avaliar a relação entre funcionamento marital e três funções sexuais, ou seja, o comportamento e funcionamento sexual, atitudes sexuais, e fantasias sexuais. Os resultados indicam que: as mulheres exibem um nível de satisfação conjugal e percepção das suas relações ligeiramente menos positivo em comparação com os homens; homens e mulheres não diferiram significativamente no que diz respeito à satisfação com o parceiro, a comunicação sexual, interesse em sexo, e a excitação; os homens eram mais propensos que mulheres a pensar que o acto sexual não durava o suficiente e que a frequência de actividades sexuais era insuficiente; os homens tendem mais a desejar maior variedade em actividades do foro sexual; os homens tinham uma maior tendência a sofrer de ansiedade de desempenho durante o sexo e as mulheres eram mais propensas a experimentar dificuldades em atingir o orgasmo durante o sexo; a presença de um orgasmo satisfatório provou ser uma variável chave na previsão da satisfação conjugal. Em geral, os resultados deste estudo sugerem que as mulheres são mais satisfeitas com sua vida sexual do que os homens. A diferença pode ser

explicada pela insatisfação entre os homens com a frequência e a duração do sexo e pela sua ansiedade de desempenho.

O estudo realizado por Litzinger & Gordon (2005) teve como objectivo explorar como a satisfação sexual e a comunicação podem independentemente e em conjunto contribuir para a satisfação conjugal numa amostra de 387 participantes casados e os instrumentos usados foram: a escala de ajuste diádico, questionário dos padrões de comunicação e o inventário de padrões de relacionamento específicas. Estes autores concluíram que quando os casais são bons em se comunicar, a satisfação sexual não contribui significativamente para a satisfação conjugal. No entanto, quando o casal tem dificuldades de comunicação, então eles terão maior satisfação conjugal se estiverem sexualmente satisfeitos, do que se eles não estiverem sexualmente satisfeitos. Os casais que têm dificuldade nas suas vidas sexuais, mas que são capazes de comunicar adaptativamente (até mesmo da sua relação sexual) podem sentir-se satisfeitos com a sua relação conjugal em geral. Casais que podem comunicar dessa maneira podem atingir um nível crítico de intimidade no seu relacionamento e, conseqüentemente, da sua vida sexual, ou da falta dela, pode fazer menos impacto no seu relacionamento. Por contrabalanceamento, se eles estão satisfeitos na sua união, eles podem não ser susceptíveis de explorar a difícil tarefa de fazer melhorias no seu relacionamento sexual, possivelmente resultando num casamento sexualmente inactivo; e um outro risco adicional pode ser que um alto nível de satisfação sexual pode contribuir para a persistência numa relação em que pode não ser saudável para cada indivíduo individualmente, como tal, centrando-se no prazer obtido a partir de uma relação sexual satisfatória, o relacionamento pode distrair o casal de abordar outros problemas reais no seu relacionamento.

Rubia (2009) realizou um estudo que teve como objectivo estudar a estrutura factorial, consistência interna e distribuição do Índice de Satisfação Sexual de Hudson, assim como a sua validade com o ajuste diádico e frequência de relações sexuais. Pretende também ver o grau de desejabilidade social possível em relatar o grau de satisfação sexual através da escala. Participaram neste estudo 100 casais mexicanos. Os instrumentos utilizados neste estudo foram: o Índice de Insatisfação Sexual de Hudson (1982), Escala de Ajuste Diádico de Spanier (1972) e Escala de desejabilidade social de Crowne e Marlowe (1960). Os resultados obtidos indicam que quanto maior o ajuste diádico entre o casal, maior é a satisfação sexual. A satisfação é independente da frequência de relações sexuais. Com o aumento da idade, a satisfação diminui tanto para os homens como para as mulheres. A satisfação sexual resulta de uma relação sexual de qualidade. Não existe diferenças significativas entre os géneros em

relação à satisfação sexual. Observou-se uma ligeira inclinação relacionado com a desejabilidade sexual no inquérito sobre satisfação sexual.

Um outro estudo realizado por Medina, Valdez, Valdez, Sánchez, Fierro & Fuentes (2007) que teve como objectivo enunciar e comparar quais são os elementos que motivam e desmotivam a actividade sexual dos homens e mulheres numa relação conjugal. Participaram neste estudo 100 sujeitos mexicanos. Utilizaram o instrumento de Motivação e Desmotivação Sexual de Garcia (2007). Os resultados indicaram que os homens têm maior motivação sexual do que as mulheres. O grau sentimental é um grande factor para o aumento da motivação sexual, pois quanto maior o sentimento, mais facilmente a relação sexual se torna um acto romântico e não somente como uma obrigação. Quando o sexo se torna uma obrigação, quando se deixa de sentir prazer e deixa-se de preocupar em dar prazer ao outro, a relação torna-se rotinária e aborrecida, o que faz a frequência e o interesse em ter relações sexuais diminuir. Os problemas que aparecem no dia-a-dia, monotonia e a insegurança geram também um decréscimo do interesse sexual. Um dos principais factores que faz com que a mulher tenha menos motivação sexual é a insegurança, pois a segurança é vista como prova de amor. Outro aspecto que diminui o desejo drasticamente é a desilusão que advém do facto do companheiro real não corresponder ao companheiro de sonho. A motivação sexual é influenciada pelo desejo de dar prazer à outra pessoa. No casal, quanto mais intimidade, ou seja, quanto mais se expõem, maior a motivação sexual. Os homens estimulam-se mais com o facto de as mulheres o elogiarem fisicamente, enquanto as mulheres dão mais significado à expressão afectiva de amor e compromisso.

A satisfação sexual é entendida neste trabalho como o grau no qual a actividade sexual de uma pessoa corresponde aos seus ideais (Delamater, 1991).



## **Objectivos e Hipóteses de estudo**

Este estudo pretende estudar as relações conjugais, mais especificamente, as relações em contexto de namoro e união de facto/casamento. Alguns estudos sobre a conjugalidade têm estudado a satisfação conjugal, intimidade e satisfação sexual, e têm verificado que são três factores muito importantes para a relação conjugal. Contudo, todos os estudos encontrados sobre estes temas se debruçam apenas no contexto de união de facto/casamento, ignorando o namoro. Também é de notar que em Portugal não se encontrou nenhum estudo que relaciona-se estas três variáveis em simultâneo. Assim sendo, este estudo tem como objectivos estudar a relação entre satisfação conjugal, intimidade e satisfação sexual; e verificar como estas variáveis se comportam em função do tipo de relacionamento e do sexo dos sujeitos.

Desta forma, pretende-se ver se existe relação entre a satisfação conjugal, intimidade e satisfação sexual. Tendo em conta a literatura descrita, anteriormente, formula-se a primeira hipótese desta investigação: existe relação entre satisfação conjugal, intimidade e satisfação conjugal.

A segunda hipótese, também formulada a partir da literatura, postula que entre as dimensões: amor, funcionamento conjugal, validação pessoal, comunicação, abertura ao exterior e convencionalidade, a que mais explica a satisfação sexual é o amor.

Finalmente, considera-se pertinente relacionar o tipo de relacionamento (namoro, união de facto/casamento) e sexo (masculino, feminino) com as dimensões da satisfação conjugal (amor e funcionamento conjugal), com as dimensões da intimidade (validação pessoal, comunicação, abertura ao exterior, e convencionalidade) e com a satisfação sexual. Como tal, coloca-se o seguinte problema de investigação: será que em função de ser casado ou não e do sexo dos indivíduos, vai haver diferenças significativas na dimensão amor, funcionamento conjugal, validação pessoal, comunicação, abertura ao exterior, convencionalidade e satisfação sexual?

## Método

### Amostra

Participaram neste estudo 193 sujeitos residentes no Distrito de Lisboa com idades compreendidas entre 20 e 51 anos, sendo que a maioria dos sujeitos tinha idades entre 20 e 30 anos. Em relação ao sexo dos participantes, 43.5% eram do sexo masculino e 56,5% eram do sexo feminino. Encontra-se em relação de namoro 52.8% dos participantes, em união de facto 24.4% dos participantes e em casamento 22.8% dos participantes. Nenhum participante do estudo tinha filhos.

A duração das relações de namoro varia entre 2 e 11 anos, as de união de facto variam entre 2 e 10 anos, e as de casamento variam entre 2 e 9 anos.

Trata-se de um estudo comparativo e correlacional, e a amostragem foi por conveniência. Os participantes foram escolhidos porque preenchiam uma série de critérios determinados pelos objectivos da investigação; e recorreu-se ao método “bola de neve” porque alguns indivíduos que conhecíamos foram-nos indicando outros que correspondessem ao perfil desejado (Maroco, 2007).

Tabela 1. Caracterização da amostra

	N	%
<b>Sexo</b>		
Masculino	84	43.5%
Feminino	109	56.5%
<b>Tipo de Relacionamento</b>		
Namoro	102	52.8%
União de Facto	47	24.4%
Casamento	44	22.8%

Tabela 2. Duração das relações de namoro

<b>Tempo de Namoro</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
2	32	31,4
3	10	9,8
4	23	22,5
5	4	3,9
6	12	11,8
7	9	8,8
8	5	4,9
9	5	4,9
11	2	2,0
<b>Total</b>	<b>102</b>	<b>100</b>

Tabela3. Duração das relações de união de facto

<b>Tempo em União de Facto</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
2	19	40,4
3	4	8,5
4	4	8,5
5	7	14,9
6	10	21,3
7	2	4,3
10	1	2,1
<b>Total</b>	<b>47</b>	<b>100</b>

Tabela 4. Duração das relações de casamento

<b>Tempo de casamento</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
2	21	47,7
3	11	25,0
4	8	18,2
6	2	4,5
8	1	2,3
9	1	2,3
<b>Total</b>	<b>44</b>	<b>100</b>

## Instrumento

O instrumento utilizado é composto por várias escalas: Escala de Avaliação da Satisfação em Áreas da Vida Conjugal (EASAVIC), (Narciso & Costa, 1996); Escala de Avaliação Pessoal de Intimidade em Relacionamentos (PAIR), (Schaefer & Olson, 1981; traduzido e adaptado para a população portuguesa por: Moreira & Canavarro, 2007); e Índice de Satisfação Sexual (ISS), (Hudson, Harrison & Crosscup, 1981; traduzido e adaptado para a população portuguesa por: Pechorro, Diniz, Almeida & Vieira, 2009).

Recolheu-se também alguns dados demográficos, relativamente à idade, sexo e situação relacional do indivíduo.

### 1. Escala de Avaliação da Satisfação em Áreas da Vida Conjugal (EASAVIC)

Esta escala foi criada em 1996 pelas autoras Isabel Narciso e Maria Emília Costa e parte do pressuposto de que a satisfação conjugal resulta de uma avaliação subjectiva e pessoal da sua relação conjugal. É um instrumento de auto-avaliação da satisfação que permite ser um indicador da satisfação experienciada em várias áreas da vida conjugal. A escala é constituída por 44 itens, estando organizados em duas grandes dimensões: Amor e Funcionamento Conjugal. A dimensão de amor está relacionada com os sentimentos que os membros do casal nutrem um pelo outro e pela relação, subdividindo-se também em cinco áreas (Sentimentos e Expressão de Sentimentos, Sexualidade, Intimidade Emocional, Continuidade da Relação e Características Físicas e Psicológicas). A dimensão de funcionamento Conjugal está relacionada com a organização das relações no subsistema conjugal e/ou familiar, tal como das relações com sistemas extra-familiares, subdividindo-se em quatro áreas (Tempos Livres, Autonomia, Relações Extra-Familiares e Comunicação e Conflito).

Neste instrumento, a resposta a cada um dos itens é feita com base numa escala de tipo Likert em 5 pontos, mais especificamente: 1 significa “Nada Satisfeito”; o 2 significa “Pouco Satisfeito”; o 3 significa “Satisfeito”; o 4 significa “Muito Satisfeito” e o 5 significa “Totalmente Satisfeito” (Exemplo: “Quanto à admiração que o(a) meu(minha) parceiro(a) sente por mim.”).

Numa investigação sobre Conjugalidade e Parentalidade (Narciso, Ribeiro & Ferreira, 2008 in Pacheco, 2008), as autoras optaram por realizar um novo estudo sobre as características metrológicas da EASAVIC. Este estudo recente, indicou uma elevada

fiabilidade e uma boa consistência interna com um alpha de Chronbach de .97, tendo a análise em componentes principais revelado uma estrutura unifactorial. Através da aplicação da EASAVIC pode-se obter a Satisfação Conjugal Global (todos os itens e  $\alpha=.97$ ).

## 2. Escala de Avaliação Pessoal de Intimidade em Relacionamentos (PAIR)

A Escala de Avaliação Pessoal de Intimidade em Relacionamentos (Schaefer & Olson, 1981); adaptação portuguesa de Moreira, Amaral & Canavarro (2009) permite avaliar o grau de intimidade percebido em diferentes áreas.

Esta escala é constituída por 35 itens apresentados numa escala de Likert de 1 a 5, mais especificamente: 1 significa “Discordo totalmente”; o 2 significa “Discordo”; o 3 significa “Nem concordo nem discordo”; o 4 significa “Concordo”; o 5 significa “Concordo Totalmente” (Exemplo: “Sinto que partilhamos alguns interesses em comum”).

No estudo de adaptação do PAIR à população portuguesa, a estrutura original do PAIR não foi replicada, obtendo-se uma estrutura constituída por três factores, os quais as autoras designaram de validação pessoal ( $\alpha=.88$ ), comunicação ( $\alpha=.87$ ) e abertura ao exterior ( $\alpha=.71$ ). A escala de convencionalidade ( $\alpha=.82$ ) foi mantida na versão portuguesa, sendo idêntica à da versão original.

A validação pessoal (14itens) está relacionada com o sentimento de validação de opiniões e sentimentos e de aceitação por parte do parceiro num conjunto de diversas áreas; com a partilha de interesses e de actividades; com a proximidade emocional sentida em relação ao companheiro e com a sexualidade. A comunicação (10itens) tem a ver com a capacidade e possibilidade de expressão de opiniões sentimentos e desejos na relação. A abertura ao exterior (5itens) que é definida como a abertura da díade conjugal aos outros, nomeadamente aos amigos, e à partilha de amigos comuns. Por último a convencionalidade (6itens), avalia a desejabilidade social presente nas respostas dos indivíduos.

As autoras concluíram que o PAIR mostrou ser uma medida consistente do constructo de intimidade, apresentando índices de fiabilidade elevados, tal como a consistência interna, validade divergente e validade convergente.

### 3. Índice de Satisfação Sexual (ISS)

A versão original foi desenvolvida por Hudson, Harrison & Crosscup (1981), e posteriormente foi revista por Hudson (2000). Esta escala foi traduzida e adaptada para a população portuguesa por Pechorro, Diniz, Almeida & Vieira (2009).

De acordo com os autores, trata-se de uma escala unidimensional que mede o grau de (in)satisfação sexual no seio de um relacionamento de casal.

A versão Portuguesa demonstrou bons resultados psicométricos, no que diz respeito à validade factorial, validade convergente, validade discriminante, consistência interna e teste de homogeneidade. Esta versão é constituída por 20 itens, sendo que manteve 80% dos itens da escala original, pois 5 itens foram excluídos devido a existirem desvios da normalidade que assim o justificaram. A escala de resposta varia entre 1 e 5, mais especificamente, 1 significa “Discordo totalmente”; o 2 significa ”Discordo”; o 3 significa “Nem concordo nem discordo”; o 4 significa “Concordo”; o 5 significa “Concordo Totalmente” (Exemplo: “ Sinto que o(a) meu(minha) parceiro(a) gosta da nossa vida sexual.”).

## Procedimento

Para a realização deste estudo, foram escolhidos participantes que preenchiam uma série de critérios determinados pelos objectivos da investigação, nomeadamente, terem uma relação de namoro ou de união de facto ou de casamento há pelo menos 2 anos (pois pensamos que com 2 anos a relação já tem alguma durabilidade que nos permite analisar as dimensões referidas) e que não tivessem filhos (pois interessa-nos a conjugalidade e não a parentalidade). Para isso recorreu-se a contactos pessoais, e conseqüentemente, alguns casais ou indivíduos que conhecíamos foram-nos indicando outros que correspondessem ao perfil desejado e assim se conseguiu o número pretendido de participantes.

Inicialmente, foram contactados via telemóvel em que o contacto tinha os seguintes objectivos: mencionar o objectivo do estudo, confirmar se queriam participar neste estudo de forma voluntária e anónima, e marcar um dia para o preenchimento dos questionários. Todos os participantes preencheram os questionários individualmente nas suas próprias casas na presença de uma entrevistadora, para que pudessem pensar e responder aos itens com sinceridade. Depois do preenchimento dos questionários foi pedido que colocassem o instrumento num envelope e, de seguida, que o colocassem numa caixa que lhes foi apresentada. O propósito do envelope e da caixa era para que os participantes se sentissem mais seguros em relação ao anonimato.

Depois de recolhidos os resultados foram inseridos numa base dados para serem tratados. A análise dos resultados do questionário foi realizada com o software SPSS (Statistical Package for the Social Sciences), versão 15.0.

## Resultados

De seguida vamos apresentar os resultados obtidos de acordo com as hipóteses/problema de investigação colocados nesta investigação.

Tabela 5. Análise descritiva

	Média	Desvio-Padrão	Alpha de Croanbach
Satisfação conjugal	4.0	.60	.98
Intimidade	4.0	.50	.94
Satisfação sexual	4.1	.60	.95
Validação pessoal	4.0	.60	.88
Comunicação	4.1	.50	.80
Abertura ao exterior	3.9	.70	.78
Convencionalidade	4.2	.60	.81
Amor	4.1	.60	.97
Funcionamento conjugal	3.9	.60	.93

Pode-se verificar, segundo os resultados obtidos, mais especificamente, segundo os valores do alpha de croanbach, que todas as dimensões estudadas neste estudo têm uma elevada consistência interna.

### **Existe relação entre satisfação conjugal, intimidade e satisfação sexual.**

Para testar a primeira hipótese formulada, e visto que todas as variáveis são quantitativas, optou-se por realizar o Coeficiente de correlação de Pearson, para desta forma medir a relação existente entre a Satisfação conjugal, Intimidade e Satisfação sexual. Concluiu-se que existe uma relação positiva e significativa entre as três variáveis.



Como a variável Satisfação conjugal tem duas dimensões: amor e funcionamento conjugal; e a Intimidade tem quatro dimensões: validação pessoal, comunicação, abertura ao exterior, e convencionalidade, também se efectuou o Coeficiente de correlação de Pearson, para medir a relação entre as dimensões da satisfação conjugal e as dimensões da intimidade, e a relação existente entre as dimensões da Satisfação conjugal e da Intimidade com a satisfação sexual. Verificou-se que todas as relações são, também, positivas e significativas. Todas as relações são consideradas moderadas/fortes ( $\alpha \geq .05$ ), excepto a relação entre a Abertura ao exterior e a Satisfação sexual e a relação entre a Convencionalidade e Abertura ao exterior que são mais fracas ( $\alpha \leq .05$ ).

Tabela 6. Correlações entre todas as variáveis

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.Satisfação Conjugal									
2.Intimidade	.82**								
3.Satisfação Sexual	.73**	.76**							
4. Amor	.98**	.82**	.76**						
5.Funcionamento Conjugal	.93**	.75**	.62**	.85**					
6.Validação pessoal	.75**	.94**	.73**	.74**	.69*				
7. Comunicação	.80**	.90**	.74**	.80**	.77**	.78**			
8.Abertura ao exterior	.54**	.69**	.48**	.53**	.52**	.57**	.53**		
9.Convencionalidade	.78**	.87**	.71**	.78**	.71**	.78**	.83**	.45**	

\*\*p value < 0.01

**A variável amor (dimensão da satisfação conjugal) tem maior impacto na Satisfação sexual do que as restantes variáveis.**

Para testar esta segunda hipótese, ou seja, para observar quais são as variáveis que explicam mais a Satisfação sexual, realizou-se uma análise de regressão com o método Stepwise. Verificou-se que as variáveis: amor ( $\beta=.55$ ), validação pessoal ( $\beta=.28$ ), comunicação ( $\beta=.22$ ), e funcionamento conjugal ( $\beta=-.20$ ), são as que têm maior impacto na satisfação sexual com um  $R^2 = .65$ . As variáveis abertura ao exterior e convencionalidade não explicam a satisfação sexual.

Tabela7. Variáveis que melhor explicam a Satisfação sexual

	Satisfação Sexual
	B
Amor	.55
Validação pessoal	.28
Comunicação	.22
Funcionamento conjugal	-.20
R2	.65

**Será que em função de ser casado ou não e do sexo dos indivíduos, vai haver diferenças significativas na dimensão Amor, Funcionamento conjugal, Validação pessoal, Comunicação, Abertura ao exterior, e Satisfação sexual?**

Para apurar se existem diferenças significativas entre os sujeitos do sexo masculino e feminino, assim como entre os sujeitos casados e não casados quanto às seguintes variáveis: amor, funcionamento conjugal, validação pessoal, comunicação, abertura ao exterior e satisfação sexual procedeu-se à realização de uma ANOVA.

Verificou-se que nas variáveis: amor, funcionamento conjugal, validação pessoal, comunicação, abertura ao exterior, e satisfação sexual, não existem diferenças significativas entre os sujeitos do sexo masculino e feminino, nem diferenças significativas entre os sujeitos casados ou em relação de namoro, assim como também não existe uma interação significativa entre o sexo e o tipo de relacionamento em nenhuma das variáveis.

## Discussão

De seguida, vamos prosseguir com a discussão dos resultados obtidos na presente investigação.

Conforme a literatura, esta investigação tinha como primeira hipótese averiguar se existia relação entre a Satisfação Conjugal, a Intimidade e a Satisfação Sexual. Tal como o esperado, esta hipótese foi confirmada, concluindo-se que existe uma relação positiva moderada entre a satisfação sexual e satisfação conjugal, como entre a satisfação sexual e a intimidade. Existe uma relação forte entre a satisfação conjugal e intimidade. O que vai de encontro a outros trabalhos realizados nesta área, como o de Andrade, Garcia & Cano (2009), Yeh, Lorenz, Wickrama, Conger & Elder (2006), Whisman (2004), Litzinger & Gordon (2005), Trudel (2002) que referem a existência de uma relação positiva entre a satisfação sexual e satisfação conjugal; o de Greeff & Malherbe (2001), Barnes & Sternberg (1997), Schaefer & Olson (1981), Prager (2000) que mencionam a existência de uma relação positiva entre intimidade e satisfação conjugal; o de Narciso & Costa (1996) que refere a relação positiva entre intimidade e satisfação sexual, entre outros.

Partindo de uma conceptualização multidimensional, a satisfação conjugal tem subjacente duas dimensões: o amor (sentimentos que cada um nutre pelo outro e/ou pela relação), e o funcionamento conjugal (modo como se organizam as relações no subsistema conjugal e com o sistema extra-familiar). Assim, como a intimidade tem subjacente quatro dimensões: validação pessoal (está relacionada com o sentimento de validação de opiniões e sentimentos e de aceitação por parte do parceiro num conjunto de diversas áreas; com a partilha de interesses e de actividades; com a proximidade emocional sentida em relação ao companheiro e com a sexualidade), comunicação (capacidade e possibilidade de expressão de opiniões sentimentos e desejos na relação), abertura ao exterior (abertura da díade conjugal aos outros), e convencionalidade (desejabilidade social presente nas respostas dos indivíduos). Tendo em conta, a existência destas dimensões, considerou-se relevante estudar: a relação entre as dimensões da intimidade, as dimensões da satisfação conjugal, e a satisfação sexual. Assim, observou-se todas as relações possíveis entre todas as variáveis presentes e verificou-se que todas as variáveis se relacionam de forma positiva. Já Andrade, Garcia & Cano (2009) referem que a busca de uma união romântica é um processo que envolve expectativas de satisfação e que a relação conjugal pressupõe uma relação íntima, em que a satisfação na relação é influenciada por vários factores, nomeadamente, a intimidade e a sexualidade. Estes

são vistos como pilares fundamentais para a avaliação positiva da relação, pois têm um papel fundamental na manutenção e na continuidade da relação (Alferes, 1996; Crespo, Narciso, Ribeiro & Costa, 2006). Como tal, estes resultados confirmam os resultados anteriores e como esperávamos, visto que a relação conjugal abarca todos os aspectos aqui estudados, ou seja, como estão todos subjacentes à relação conjugal é natural que estejam relacionados.

Pode-se concluir, que todas as variáveis aqui estudadas se relacionam umas com as outras. Porém, a relação entre a abertura ao exterior e a satisfação sexual e a relação entre abertura ao exterior e a convencionalidade são mais fracas. A dimensão abertura ao exterior tem a ver como o casal se relaciona com os outros, nomeadamente com os amigos, por isso, é uma dimensão importante para ter em conta aquando da auto-avaliação da sua relação, mas relativamente à satisfação sexual é a dimensão estudada que menos influência a satisfação sexual, o que é expectável. A escala da convencionalidade avalia a desejabilidade nas respostas, por isso verifica-se que houve uma menor desejabilidade social nas respostas aos itens relacionados com a abertura ao exterior, o que também é expectável visto ser um assunto menos íntimo.

É notório também que a abertura ao exterior em comparação com o resto das variáveis, é a variável que menos influência tem sobre todas as outras variáveis estudadas (satisfação conjugal, intimidade, satisfação sexual, amor, funcionamento conjugal, validação pessoal, comunicação e convencionalidade).

É importante verificar que entre as dimensões da intimidade e a satisfação sexual a que se relaciona mais com a satisfação conjugal é a comunicação (dimensão da intimidade). Para haver satisfação conjugal, as pessoas têm de estar satisfeitas não só nos aspectos relacionados com o sexo, mas em vários aspectos da relação (Garcia & Cano, 2009), nomeadamente a comunicação. Assim, era de prever que a comunicação fosse a variável que mais se relacionasse com a satisfação conjugal, porque esta variável é encarada por muitos autores como central para que a relação seja satisfatória (Narciso & Costa, 1996; Markman et al., 1993), e é referida como um elemento necessário à construção e evolução do casal (Alarcão, 2002).

O estudo realizado por Litzinger & Gordon (2005) demonstra o que acabámos de descrever, pois os resultados que eles obtiveram indicam que os casais que têm dificuldades nas suas vidas sexuais, mas que sabem comunicar com qualidade, podem-se sentir satisfeitos com a sua relação no geral. Portanto, a comunicação é um factor muito importante para a

satisfação conjugal porque é a partir da comunicação que o casal se compreende, se liga, e ultrapassam os conflitos (Alarcão, 2002).

A segunda hipótese postula que entre as variáveis amor, funcionamento conjugal, validação pessoal, comunicação, abertura ao exterior e convencionalidade, é a variável amor (dimensão da satisfação conjugal) aquela que terá maior impacto na satisfação sexual. Esta hipótese foi verificada, visto que o amor (dimensão da satisfação conjugal) é a dimensão que mais explica a satisfação sexual, seguindo-se a validação pessoal (dimensão da intimidade), depois a comunicação (dimensão da intimidade), e por último o funcionamento conjugal (dimensão da satisfação conjugal). O amor, validação pessoal e comunicação têm uma influência positiva na satisfação sexual, já o funcionamento conjugal tem uma influência negativa. Estas dimensões explicam 65% da variação da satisfação sexual. A abertura ao exterior e a convencionalidade (ambas dimensões da intimidade) não têm impacto na satisfação sexual.

Tendo em conta que a satisfação conjugal tem inerente a dimensão do amor e funcionamento conjugal, esperava-se que a que tivesse maior impacto seria o amor, visto que este remete para os sentimentos e expressão dos mesmos, sexualidade, apoio emocional, admiração, confiança, continuidade da relação, características físicas e psicológicas, enquanto o funcionamento conjugal remete para os tempos livres, autonomia e privacidade, relações extra-familiares, comunicação e conflito. Como tal, pensamos que para a satisfação sexual o mais importante são os sentimentos que a pessoa nutre pelo outro e pela relação e isto foi verificado. Porque para uma pessoa procurar o outro é porque tem de estar satisfeita com o outro, tem de se sentir bem na relação com o outro, e entre os factores avaliados aqueles que avaliam melhor os sentimentos que a pessoa sente sobre a relação é a dimensão amor.

Isto vai de encontro a estudos que mencionam que os problemas a nível da sexualidade são cada vez mais problemas de amor e da relação (Kayser, 1993 in Narciso 2002) e que não é possível manter uma vida sexual satisfatória numa relação deficitária de, nomeadamente, confiança e apoio emocional (Levine, 1991 in Narciso, 2002).

Young (2000) afirma que quanto menor a satisfação conjugal maior a probabilidade de inactividade sexual, logo diminuía a satisfação sexual, mas quando a satisfação conjugal é maior é mais provável que se deseje ter contacto sexual com o parceiro, logo haveria um aumento de satisfação sexual. E como nós concordamos com este pressuposto, consideramos

que numa relação estável, a satisfação conjugal é o factor principal para a procura de contacto sexual.

O facto da abertura ao exterior e a convencionalidade não terem impacto na satisfação sexual não é surpreendente, porque a abertura ao exterior, ou seja, a forma como o casal se relaciona com os amigos, pode ser importante para a satisfação conjugal, mas para a satisfação sexual não se considera dos factores mais importantes. E a dimensão convencionalidade, visto que só serve para avaliar o grau de desejabilidade social das respostas, seria evidente que não podia ter um grande impacto na satisfação sexual.

É relevante salientar que as duas variáveis que mais impacto têm na satisfação sexual (amor e validação pessoal) são variáveis cujo foco está mais virado para o próprio, enquanto as outras duas (comunicação e funcionamento conjugal) que têm menos impacto têm o foco voltado para a relação. O que vai de encontro ao que foi dito anteriormente, pois para vivenciar uma experiência íntima sexual com o parceiro é preciso que a pessoa se sinta bem com o outro, com a sua relação.

Na literatura encontrada sobre a satisfação sexual, a satisfação conjugal, a comunicação, e a intimidade são as componentes apontadas como as mais significativas para a satisfação sexual (Young et. al., 2000; Marckman, Renick, Floyd, Stanley & Clements, 1993).

Por último, relativamente ao problema de investigação que se colocou neste estudo: “Será que em função de ser casado ou não e do sexo dos indivíduos, vai haver diferenças significativas nas dimensões da satisfação conjugal, nas dimensões da intimidade e na satisfação sexual?”, os resultados obtidos revelam que não existe diferenças significativas entre os sujeitos que namoram e que vivem em união de facto/casamento no que diz respeito ao amor, funcionamento conjugal, validação pessoal, comunicação, abertura ao exterior, convencionalidade e satisfação sexual, ou seja, constatou-se que o facto de ser casado ou não, não influencia as auto-avaliações que os sujeitos fazem quanto à sua satisfação na relação, intimidade e satisfação sexual.

Em relação ao sexo dos participantes, os resultados obtidos neste estudo, indicam que não há diferenças significativas entre os sujeitos do sexo masculino e do sexo feminino no que diz respeito amor, funcionamento conjugal, validação pessoal, comunicação, abertura ao

exterior, convencionalidade e satisfação sexual. Isto é, homens e mulheres não diferem na auto-avaliação que fazem da sua satisfação conjugal, intimidade e satisfação sexual.

Em relação ao tipo de relacionamento não se encontrou literatura que tivesse estudado estas variáveis face à situação de namoro. Mas, em relação ao sexo dos participantes, existem estudos que já se debruçaram sobre esta variável (contudo, só em relação de casamento), e não há um consenso entre teorias.

Como tal, este estudo vai ao encontro de Narciso (1994/95), Ribeiro & Costa (2001/02) e Isabel & Sinuché (2006) referem que a satisfação conjugal é independente do sexo dos sujeitos. Contrariamente a outros autores que mencionam que há diferenças entre os sexos, e mais especificamente, que as mulheres exibem um nível de satisfação conjugal menor que os homens (Gottman, 2000 cit in Narciso & Ribeiro, 2009; Trudel, 2002).

Os nossos resultados também vão ao encontro dos resultados do estudo de Rubia (2009) que menciona que não existem diferenças significativas entre o sexo masculino e feminino no que toca à satisfação sexual. Logo, vão contra ao estudo de Trudel (2002) que refere que há diferenças entre homens e mulheres no que diz respeito à satisfação sexual, mais concretamente, que as mulheres têm maior satisfação sexual do que os homens.

Em relação à intimidade, os resultados obtidos vão contra aos estudos de Marlherbe (2001) e Merves-Okin, Amidon & Bernt (1991) que indicam que há diferenças significativas entre homens e mulheres.

Dos sujeitos que participaram neste estudo, 40.4% dos sujeitos em união de facto e 47.7 % dos sujeitos casados estavam nessa relação há 2 anos.

Estes dados podem ter influenciado o facto de não haver diferenças entre namoros e casados, pois durante o namoro, constroem-se muitos sonhos, iludem-se e esquecem-se as divergências e os aspectos que menos se gosta no parceiro, ou “alimenta-se” a ideia onnipotente de que depois do casamento, o outro transforma-se de acordo com os nossos desejos (Alarcão, 2002). Assim sendo, o que pode ter acontecido é que os sujeitos da nossa amostra ainda estivessem nesta fase de idealização, visto que o casamento ainda não é tão duradouro.

Pensamos que o facto de os casais aqui estudados não terem filhos pode ser, também, um factor que influencie o facto de não haver diferenças entre casados e não casados no que

diz respeito às variáveis estudadas, podendo ser a parentalidade que vai introduzir diferenças. Pois o casamento pode ser visto como um prolongamento do namoro visto que ainda têm uma família só de dois.



## Conclusões

Resumindo, nesta investigação, verificou-se que existe relação entre intimidade, satisfação conjugal e satisfação sexual. Observou-se que a variável que mais explica a satisfação sexual é o amor (dimensão da satisfação conjugal). Constatou-se também que não existem diferenças significativas entre homens e mulheres, e sujeitos casados ou não casados no que diz respeito à variável amor, funcionamento conjugal, validação pessoal, comunicação, abertura ao exterior, convencionalidade e satisfação sexual.

Desta forma, as limitações deste estudo passam pelo facto de terem participado tanto os dois membros do casal como um só membro; e por se ter aplicado os instrumentos ao casal no mesmo espaço.

Assim, para investigações futuras, é necessário continuar a estudar o impacto da variável tipo de relacionamento na satisfação conjugal, intimidade e sexual, pois é uma área que necessita de ser mais explorada, principalmente ao nível do namoro. É, também, importante continuar o estudo entre a satisfação conjugal, intimidade e satisfação sexual e o sexo dos indivíduos, pois a teoria não é consensual. Seria pertinente se fazer um estudo, que comparasse a satisfação conjugal, intimidade, satisfação sexual em casais com e sem filhos, visto ser uma falha na literatura, pois não se faz referência se os participantes têm filhos ou não. É igualmente relevante, melhorar as condições de aplicação do presente estudo, ou seja, realizar um estudo que estudasse a satisfação conjugal, intimidade e satisfação sexual no casamento e no namoro, participando apenas os casais ou só um membro do casal, sendo que na aplicação ao casal, fazer com que não respondam ao mesmo tempo. Era interessante também realizar um estudo, em que a análise fosse intra casal, ou seja, que se estudasse os dois membros de um casal. Seria, igualmente, pertinente estudar se o estatuto socioeconómico influencia estas variáveis.

Espera-se que este estudo contribuía um pouco mais para o conhecimento que se tem sobre a conjugalidade, e que sirva de inspiração a futuros investigadores, pois é uma área que tem um enorme impacto na vida de todos os sujeitos, por isso merece atenção.

## Referências Bibliográficas

- Aboim, S. (2005). As orientações normativas da conjugalidade. In K. Wall, & M. Guerreiro, *Famílias em Portugal* (pp. 169-229). Lisboa: Imprensa de Ciências Sociais.
- Aboim, S. (2005). Dinâmicas de interacção e tipos de conjugalidade. In K. Wall, & M. Guerreiro, *Famílias em Portugal* (pp. 231-302). Lisboa: Imprensa de Ciências Sociais.
- Alarcão, M. (2002). *(Des)Equilíbrios familiares* (3ª ed.). Coimbra: Quarteto.
- Alferes, V. (1996). Atracção interpessoal, sexualidade e relações íntimas. In J. Vala, & M. Monteiro, *Psicologia social* (pp. 125-158). Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.
- Álvarez-Gayou, Honold, & Millán. (2005). Qué hace buena una relación sexual? *Archivos Hispanoamericanos de Sexología*, 1(11), pp. 93-107.
- Andrade, A., Garcia, A., & Cano, D. (2009). Preditores da satisfação global em relacionamentos românticos. *Psicologia: Teoria e Prática*, 11(3), pp. 143-156.
- Arriaga, X. (2001). The ups and downs of dating: fluctuations in satisfaction in newly formed romantic relationships. *Journal of Personality & Social Psychology*, 5(80), 754-765.
- Arturo. (2006). Estudio de correlación entre satisfacción sexual y asertividade sexual. *Archivos Hispanoamericanos de Sexología*, 2(12), pp. 202-214.
- Barnes, M., & Sternberg, R. (1997). A hierarchical model of love and its prediction of satisfaction in close relationships. In R. Sternberg, & M. Hojjat, *Satisfaction in close relationships* (pp. 79-101). New York: Guilford.
- Baucom, D., Epstein, N., Daiuto, A., Carels, R., Rankin, L., & Burnett, C. (1996). Assessing relationship standards: The inventory of specific relationship standards. *Journal of Family Psychology*, 10(1), 72-88.
- Birnbaum, G. (2007). Attachment orientations, sexual functioning, and relationship satisfaction in a community sample of women. *Journal of Social and Personal Relationships*, 24, 21-35.
- Bowman, M. (1990). Coping efforts and marital satisfaction: measuring marital coping and its correlates. *Journal of marriage and the family*, 52, 463-474.
- Brehm, S. (1992). *Intimate Relationships*. New York: McGraw-Hill.
- Brezsnyak, M., & Whisman, M. (2004). Sexual desire and relationship functioning: the effects of marital satisfaction and power. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 30, 199-217.
- Butzer, B., & Campbell, L. (2008). Adult attachment, sexual satisfaction, and relationship satisfaction: A study of married couples. *Personal Relationship*, 15, pp. 141-154.

- Bystronski, B. (1995). Teorias e processos psicossociais da intimidade interpessoal. In A. Rodrigues, *Psicologia social para principiantes: estudo da interação humana*. Petrópolis: Vozes.
- Carvalho, C. (1999). Identidade e intimidade: um percurso histórico dos conceitos psicológicos. *Análise Psicológica*, 4(17), pp. 727-741.
- Cordova, J., Gee, C., & Warren, L. (2005). Emotional Skillfulness in marriage: intimacy as a mediator of the relationship between emotional skillfulness and marital satisfaction. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 2(24), 218-235.
- Crespo, C., Narciso, I., Ribeiro, M., & Costa, M. (2006). Desenvolvimento da Escala de Dimensões da intimidade: primeiro estudo empirico. *Psychologica*, 41, pp. 45-63.
- Cristopher, F., & Sprecher, S. (2000). Sexuality in marriage, dating, and other relationships: A decada review. *Journal of Marriage and the Family*, 62, 999-1017.
- Dandeneau, M., & Johnson, S. (1994). Facilitating intimacy: Interventions and effects. *Journal of Marital and Family Therapy*, 20(1), 17-33.
- Davidson, J., Darling, C., & Norton, L. (1995). Religiosity and the sexuality of womwn: sexual behaviour and sexual satisfaction revisited. *The Journal of Sex Research*, 32(3), 235-243.
- Davies, S., Katz, J., & Jackson, J. (1999). Sexual desire discrepancies: Effects on sexual and relationship satisfaction in heterosexual dating couples. *Archives of Sexual Behavior*, 28, pp. 553-567.
- DeLamater, J. (1991). Emotions and sexuality. In K. McKinney, & S. Sprecher, *Sexuality in close relationships* (pp. 49-70). New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Donnelly, D. (1993). Sexually inactive marriages. *The journal of Sex Research*, 30, 171-179.
- Estrella. (2006). Cuando existe un nosotros. Estudios sobre la sexualidade en Parejas Heterosexuales Puertorriquenas. *Archivo Hispanoamericanos de Sexologia*, pp. 167-184.
- Ferreira, P. (2003). Tendências e modalidades da conjugalidade. *Sociologia, Problemas e Práticas*, 43, pp. 67-82.
- Gehring, D. (2003). Couple Therapy for Low Sexual desire: A Systemic Approach. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 29, 25-38.
- Giddens, A. (1995). *Transformações da intimidade*. (R. Perez, Trad.) Oeiras: Celta Editora.
- Gomes, M. R. (2003). A intimidade sexual na intimidade conjugal. In L. Fonseca, C. Soares, & J. Vaz, *A Sexologia-perspectica multidisciplinar* (Vol. 1, pp. 112-127). Coimbra: Quarteto.
- Greeff, A., & Malherbe, H. (2001). Intimacy and marital satisfaction in spouses. *Journal of sex & Marital Therapy*, 27, 247-257.

- Green, K., & Faulkner, S. (2005). Gender, belief in the sexual double standard, and sexual talk in heterosexual dating relationship. *Sex Roles* , 3(53), pp. 239-251.
- Guo, B., & Huang, J. (2005). Marital and Sexual Satisfaction in Chinese Families: Exploring the Moderating Effects. *Journal of Sex & Marital Therapy* , 31, 21-29.
- Harper, J., Schaalje, B., & Sandberg, J. (2000). Daily hassles, intimacy, and marital quality in later life marriages. *The American Journal of Family Therapy* , 28, 1-18.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry* , 5, pp. 1-22.
- Hernandez, J., & Oliveira, I. (2003). Os componentes do amor e a satisfação. *Psicologia: ciência e profissão* , 23(1), pp. 58-69.
- Isabel, P., & Sinuché, E. (2006). Intimidad y comunicación en cuatro etapas de la vida de pareja: su relación con la satisfacción marital. *Archivos Hispanoamericanos de Sexología* , 2(12), pp. 133-163.
- Jeong, G., Bollman, S., & Schumm, W. (1992). Self-reported marital instability as correlated with the Kansas marital satisfaction scale for a sample of midwestern wives. *Psychological Reports* , 70, pp. 243-246.
- Lawrence, K., & Byers, E. (1995). Sexual satisfaction in heterosexual long-term relationships: The interpersonal exchange model of sexual satisfaction. *Personal Relationships* , 2(2), pp. 267-285.
- Levine, S. (1988). Intrapsychic and individual aspects of sexual desire. In S. Leiblum, & R. Rosen, *Sexual desire disorders*2 (pp. 243-267). New York: Guilford.
- Lima, V., Vieira, F., & Soares, I. (2006). Vinculação em casais: avaliação da representação da intimidade e da interação conjugal. *Psicologia* , 1(20), pp. 51-63.
- Litzinger, S., & Gordon, K. (2005). Exploring relationship among communication, sexual satisfaction and marital satisfaction. *Journal of Sex & Marital Therapy* , 31, 209-424.
- Markman, H., Renick, M., Floyd, F., Stanley, S., & Clements, M. (1993). Preventing marital distress through communication and conflict management training: A 4-and-5-year follow up. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* , 61, 70-77.
- Maroco, J. (2007). *Análise Estatística com utilização do SPSS* (3ª ed.). Lisboa: Edições Silabo.
- McCarthy, B. (2003). Marital sex as it ought to be. *Journal of Family Psycho-therapy* , 14, 1-12.
- Medina, J., Valdez, J., Valdez, J., Sánchez, M., Fierro, F., & Fuentes, N. (2007). Motivación y desmotivación sexual en parejas con unión conyugal: Un análisis por sexo. *Archivos Hispanoamericanos de Sexología* , 2(13), pp. 151-165.

- Merves-Okin, L., Amidon, E., & Bernt, F. (1991). Perceptions of intimacy in marriage: A study of married couples. *The American Journal of Family Therapy*, 19, 110-118.
- Metz, M., & Epstein, N. (2002). Assessing the role of relationship conflict and in sexual dysfunction. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 28, 139-164.
- Moreira, H., Amaral, A., & Canavarro, M. (2009). Adaptação do Personal Assessment of Intimacy in Relationship Scale (PAIR) para a população Portuguesa: Estudo das suas características psicométricas. *Psychologica*, 50, pp. 339-359.
- Narciso, I. (2002). Janela com vista para a intimidade. *Psychologica*, 31, pp. 49-62.
- Narciso, I. (1994/1995). Metamorfoses do Amor e da Satisfação Conjugal. *Cadernos de Consulta Psicológica*, 10/11, pp. 129-139.
- Narciso, I., & Costa, M. (1996). Amores Satisfeitos, mas não Perfeitos. *Cadernos de Consulta Psicológica*, 12, pp. 115-130.
- Narciso, I., & Costa, M. (2001/2002). Percursos de Mudança na Qualidade Conjugal-Fragmentos de um Estudo sobre Conjugalidade Satisfeitas. *Cadernos de Consulta Psicológica*, 17-18, pp. 181-195.
- Narciso, I., & Ribeiro, M. (2009). *Olhares sobre a conjugalidade*. Lisboa: Coisas de ler.
- Nina, R. (2008). Comunicación sexual desde el contexto de la relación de pareja. *Archivos Hispanoamericanos de Sexología*, 1(14), pp. 43-54.
- Pacheco, A.M., (2008). Olhando a satisfação: um estudo exploratório em casais portugueses. Tese de Mestrado não publicada. Lisboa: Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Lisboa.
- Pechorro, P., Diniz, A., & Vieira, R. (2010). Funcionamento sexual e ciclo-de-vida. *Análise Psicológica*, 4(18), pp. 665-681.
- Pechorro, P., Diniz, A., Almeida, S., & Vieira, R. (2009). Validação de uma versão feminina do Índice de Satisfação Sexual (ISS). *Laboratório de Psicologia*, 7(1), pp. 45-56.
- Prager, K. J. (2000). Intimacy in personal relationships. *Close relationship*, pp. 229-242.
- Relvas, A. P. (1996). *O ciclo vital da família - Perspectiva sistémica* (3 ed.). Porto: Edições Afrontamento.
- Ribeiro, M. (2005). Casais de meia-idade: estudos com casais portugueses numa perspectiva sistémica. *Psicologia*, 1-2(19), pp. 57-85.
- Ribeiro, M. (2006). Para a compreensão da relação entre padrões conjugais, estilos de vinculação e papéis sexuais-um estudo com casais portugueses. *Psychologica*, 41, pp. 65-82.

- Ribeiro, M., & Costa, M. (2001/2002). Estilos de Vinculação, Papéis Sexuais, Género e Satisfação Conjugal: Um estudo com Casais Portugueses. *Cadernos de Consulta Psicológica*, 17-18, pp. 197-214.
- Rosen-Grandon, J., Myers, J., & Hattie, J. (2004). The relationship between marital characteristics, marital interaction processes, and marital satisfaction. *Journal of counseling & development*, 82, 58-68.
- Ross, C. E., & Van Willigen, M. (1997). Gender, parenthood, and anger. *Journal of Marriage and the Family*, 58, 572-584.
- Rubia, J. (2009). Medida de la Satisfacción Sexual en Parejas Casadas: Un Estudio de Validación. *Archivos Hispanoamericanos de Sexología*, 1(15), pp. 49-62.
- Santos, A. (2006). Avaliação da satisfação com a vida em homens e mulheres. *Actas da XI conferencia internacional de avaliação psicológica: formas e contextos* (pp. 139-147). Braga: Psiquilibrios.
- Schaefer, M., & Olson, D. (1981). Assessing intimacy: The PAIR inventory. *Journal of Marriage and Family Therapy*, 7(1), 47-60.
- Shaver, P., & Hazan, C. (1988). A biased overview of study of love. *Journal of social and Personal Relationships*, 5, 473-501.
- Silva, D., & Pereira, C. (2005). O papel da consciência ideal-percepção no bem-estar subjectivo em relacionamentos íntimos. *Revista Psico*, 2(36), pp. 181-188.
- Sternberg, R. (1986). A triangular theory of love. *Psychological review*, 93, pp. 119-135.
- Sternberg, R. (1989). *El triangulo dsel amor: intimidad, pasión y compromiso*. Barcelona: Paidós.
- Sternberg, R. (1987). Liking versus loving: A comparative evaluation of theories. *Psychological Bulletin*, 102, pp. 331-345.
- Trudel, G. (2002). Sexuality and Marital Life: Results of a Survey. *Journal of Sex & Marital therapy*, 28, 229-249.
- Waring, E. (1988). *Enhancing marital intimacy through facilitating cognitive self-disclosure*. New York: Brunner/Mazel.
- Watzlawick, P., Beavin, J., & Jackson, D. (1993). *Pragmática da comunicação humana* (7-8-9 ed.). (A. Cabral, Trad.) São Paulo: Editora Cultrix.
- Yeh, H., Lorenz, F., Wickrama, K., & Conger, R. (2006). Relationships among sexual satisfaction, marital quality, and marital instability at midlife. *Journal of Family Psychology*, 20, 339-343.

Young, M., Denny, G., Young, T., & Luquis, R. (2000). Sexual satisfaction among married women. *American Journal of Health Studies* , 16, 73-84.

# Anexos



## Anexo A- Questionários que compõem o instrumento utilizado

De seguida, peço-lhe que me responda a alguns dados pessoais:

Idade: \_\_\_\_\_

Sexo: F  M

Sua relação é de:

Namoro  Há quanto tempo tem a sua relação com o(a) seu(sua) namorado(a): \_\_\_\_\_

Tem relações sexuais com o(a) seu(sua) namorado(a)? Sim  Não

União de facto  Há quanto tempo está em união de facto? \_\_\_\_\_

Quanto tempo namorou com o(a) seu(sua) parceiro(a)? \_\_\_\_\_

Pensam em ter filhos? Sim  Quando? \_\_\_\_\_

Não

Casamento  Há quanto tempo está casado(a)? \_\_\_\_\_

Quanto tempo namorou com o(a) seu(sua) parceiro(a)? \_\_\_\_\_

Pensam em ter filhos? Sim  Quando? \_\_\_\_\_

Não

As afirmações que se seguem dizem respeito **à forma como se sente satisfeito(a) na sua relação com o(a) seu(sua) parceiro(a).**

De entre as cinco opções, faça uma cruz naquela onde considera que melhor demonstra o que sente na sua relação:

	Nada satisfeito	Pouco satisfeito	Satisfeito	Muito satisfeito	Totalmente satisfeito
Na sua relação como se sente:	1	2	3	4	5
1. Quanto ao modo como passamos os nossos tempos livres.					
2. Quanto à quantidade de tempos livres.					
3. Quanto ao modo como nos relacionamos com os amigos.					
4. Quanto ao modo como nos relacionamos com a família do(a) meu(minha) parceiro(a).					
5. Quanto ao modo como nos relacionamos com a minha família.					
6. Quanto à minha privacidade.					
7. Quanto à minha autonomia.					
8. Quanto à privacidade do(a) meu(minha) parceiro(a).					
9. Quanto à autonomia do(a) meu(minha) parceiro(a).					
10. Quanto ao modo como o(a) meu(minha) parceiro(a) lida com a minha profissão.					
11. Quanto ao modo como eu lido com a profissão do(a) meu(minha).					
12. Quanto à frequência com que conversamos.					
13. Quanto ao modo como conversamos.					
14. Quanto aos assuntos sobre os quais conversamos.					
15. Quanto à frequência dos conflitos que temos.					
16. Quanto ao modo como resolvemos os conflitos.					
17. Quanto ao que sinto pelo(a) meu(minha) parceiro(a).					

	Nada satisfeito	Pouco satisfeito	Satisfeito	Muito satisfeito	Totalmente satisfeito
Na sua relação como se sente:	1	2	3	4	5
18. Quanto ao que o(a) meu (minha) parceiro(a) sente por mim.					
19. Quanto ao modo como expresso o que sinto pelo(a) meu(minha) parceiro(a).					
20. Quanto ao modo como o(a) meu(minha) parceiro(a) expressa o eu sente por mim.					
21. Quanto ao desejo sexual que sinto pelo(a) meu(minha) parceiro(a).					
22. Quanto ao desejo sexual que o(a) meu(minha) parceiro(a) sente por mim.					
23. Quanto à frequência que temos relações sexuais.					
24. Quanto ao prazer que sinto quando temos relações sexuais.					
25. Quanto ao prazer que o(a) meu(minha) parceiro(a) sente quando temos relações sexuais.					
26. Quanto à qualidade das nossas relações sexuais.					
27. Quanto ao apoio emocional que dou ao(à) meu(minha) parceiro(a).					
28. Quanto ao apoio emocional que o(a) meu(minha) parceiro(a) me dá.					
29. Quanto à confiança que tenho no(a) meu(minha) parceiro(a).					
30. Quanto à confiança que o(a) meu(minha) parceiro(a) tem por mim.					
31. Quanto à admiração que sinto pelo(a) meu(minha) parceiro(a).					
32. Quanto à admiração que o(a) meu(minha) parceiro(a) sente por mim.					
33. Quanto à partilha de interesses e actividades que temos em conjunto.					
34. Quanto à atenção que dedico aos interesses do(a) meu(minha) parceiro(a).					
35. Quanto à atenção que o(a) meu(minha) parceiro(a) dedica aos meus interesses.					
36. Quanto aos nossos projectos para o futuro.					
37. Quanto às minhas expectativas quanto ao futuro da nossa relação.					
38. Quanto às expectativas do(a) meu(minha) parceiro(a) quanto ao futuro da nossa relação.					

	Nada satisfeito	Pouco satisfeito	Satisfeito	Muito satisfeito	Totalmente satisfeito
Na sua relação como se sente:	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
39.Quanto ao aspecto físico do(a) meu(minha) parceiro(a).					
40. Quanto à opinião que o(a) meu(minha) parceiro(a) tem sobre o meu aspecto físico.					
41. Quanto às características do(a) meu(minha) parceiro(a).					
42. Quanto aos hábitos do(a) meu(minha) parceiro(a).					
43. Quanto às opinião que o(a) meu(minha) parceiro(a) tem sobre as minhas características.					
44. Quanto às opinião que o(a) meu(minha) parceiro(a) tem sobre os meus hábitos.					

Acabou de responder ao questionário que dizia respeito à satisfação que sente na sua relação conjugal, agora as afirmações que se seguem dizem respeito **à intimidade que experiência na relação com o seu parceiro(a).**

De entre as cinco opções, faça uma cruz naquela onde considera que melhor demonstra o que sente na sua relação:

	Discordo Totalmente	Discordo	Nem concordo nem discordo	Concordo	Concordo Totalmente
Na minha relação:	1	2	3	4	5
1. O(A) meu(minha) parceiro(a) escuta-me quando preciso de falar com alguém.					
2. Gostamos de passar tempo com outros casais.					
3. Estou satisfeito(a) com o nosso relacionamento físico.					
4. O(A) meu(minha) parceiro(a) ajuda-me a clarificar os meus pensamentos.					
5. Gostamos das mesmas actividades de lazer.					
6. O(A) meu(minha) parceiro(a) tem todas as qualidades que sempre desejei num(a) companheiro(a).					
7. Posso falar dos meus sentimentos sem que ele(a) se torne defensivo(a).					
8. Normalmente isolamo-nos dos outros.					
9. Sinto que o nosso relacionamento físico é apenas uma rotina.					
10. Quando se trata de ter uma conversa séria, parece que temos pouco em comum.					
11. Partilho poucos os interesses do(a) meu(minha) parceiro(a).					
12. Existem momentos em que não sinto amor e afecto pelo(a) meu(minha) parceiro(a).					
13. Sinto-me muitas vezes distante do(a) meu(minha) parceiro(a).					
14. Temos poucos amigos em comum.					
15. Sou capaz de dizer ao(à) meu(minha) companheiro(a) quando pretendo ter relações sexuais.					
16. Sinto-me humilhado(a) / "deitado(a) a baixo" quando eu e o meu(minha) parceiro(a) temos uma conversa séria.					

	Discordo Totalmente	Discordo	Nem concordo nem discordo	Concordo	Concordo Totalmente
Na minha relação:	1	2	3	4	5
17. Gostamos de nos divertir juntos.					
18. Todas as coisas novas que aprendi sobre o(a) meu(minha) parceiro(a) agradaram-me.					
19. O(A) meu(minha) parceiro(a) consegue realmente compreender os meus sofrimentos e alegrias.					
20. Passar tempo em conjunto com os amigos é uma parte importante das nossas actividades em comum.					
21. Contenho o meu interesse sexual porque o(a) meu(minha) parceiro(a) faz-me sentir desconfortável.					
22. Sinto que é inútil discutir alguns assuntos com o(a) meu(minha) parceiro(a).					
23. Gostamos de realizar juntos actividades ao ar livre.					
24. Eu e o(a) meu(minha) parceiro(a) compreendemo-nos um ao outro.					
25. Por vezes, sinto que não sou importante para o(a) meu(minha) parceiro(a).					
26. Muitos dos amigos mais próximos do(a) meu(minha) parceiro(a) são também os meus amigos mais próximos.					
27. O(A) meu(minha) parceiro(a) tenta frequentemente mudar as minhas ideias.					
28. Raramente temos tempo para fazermos coisas divertidas juntos.					
29. Penso que possivelmente ninguém pode ser mais feliz do que eu e o(a) meu(minha) parceiro(a) quando estamos juntos.					
30. Por vezes sinto-me sozinho(a) quando estamos juntos.					
31. O(A) meu(minha) parceiro(a) desaprova alguns dos meus amigos.					
32. O(A) meu(minha) parceiro(a) parece não ter interesse pelo relacionamento físico.					
33. Temos inúmeros assuntos sobre os quais conversar.					
34. Sinto que partilhamos alguns interesses em comum.					
35. Tenho algumas necessidades que não são preenchidas pela minha relação.					

Acabou de responder ao questionário sobre a intimidade que experiencia na sua relação, agora as afirmações que se seguem dizem respeito **à forma como se sente na sua relação sexual com o(a) seu(sua) parceiro(a).**

De entre as cinco opções, faça uma cruz naquela onde considera que melhor demonstra o que sente na sua relação:

	Discordo Totalmente	Discordo	Nem concordo nem discordo	Concordo	Concordo Totalmente
Na minha relação:	1	2	3	4	5
1. Sinto que o(a) meu(minha) parceiro(a) gosta da nossa vida sexual.					
2. A nossa vida sexual é muito excitante.					
3. O sexo é divertido para o(a) meu(minha) parceiro(a) e para mim.					
4. O sexo com o(a) meu(minha) parceiro(a) tornou-se para mim uma rotina.					
5. A nossa vida sexual é monótona.					
6. Quando fazemos sexo é de forma demasiado apressada e rápida.					
7. Sinto que a minha vida sexual tem falta de qualidade.					
8. O(A) meu(minha) parceiro(a) é sexualmente muito excitante.					
9. Gosto das técnicas sexuais que o(a) meu(minha) parceiro(a) gosta ou usa.					
10. Sinto que o(a) meu(minha) parceiro(a) quer demasiado sexo de mim.					
11. Penso que o nosso sexo é maravilhoso .					
12. Tento evitar contacto sexual com o(a) meu(minha) parceiro(a).					
13. O(A) meu(minha) parceiro(a) é um(a) parceiro(a) sexual maravilhoso(a).					
14. Sinto que o sexo é uma função normal do nosso relacionamento.					
15. Sinto que a nossa vida sexual é uma mais valia para o nosso relacionamento.					

	Discordo Totalmente	Discordo	Nem concordo nem discordo	Concordo	Concordo totalmente
Na minha relação:	1	2	3	4	5
16. É fácil para mim ficar sexualmente excitado(a) com o(a) meu(minha) parceiro(a).					
17. Sinto que o(a) meu(minha) parceiro(a) está sexualmente satisfeito comigo.					
18. O(A) meu(minha) parceiro(a) é muito sensível às minhas necessidades e desejos sexuais.					
19. O(A) meu(minha) parceiro(a) não me satisfaz sexualmente.					
20. Sinto que a minha vida sexual é aborrecida.					



## Anexo B- Correlações de Pearson para a primeira hipótese

### Correlations

		Satisfação Conjugal	Intimidade	Intimidade - Validação pessoal	Intimidade - Comunicação	Intimidade - Abertura ao exterior	Intimidade - Convencion alidade	Satisfação Conjugal - Amor	Satisfação Conjugal - Funcioname nto Conjugal
Satisfação Conjugal	Pearson Correlation	1	,816**	,747**	,801**	,536**	,783**	,979**	,933**
	Sig. (2-tailed)		,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	193	193	193	193	193	193	187	186
Intimidade	Pearson Correlation	,816**	1	,936**	,900**	,692**	,869**	,815**	,754**
	Sig. (2-tailed)	,000		,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	193	193	193	193	193	193	187	186
Intimidade - Validação pessoal	Pearson Correlation	,747**	,936**	1	,782**	,566**	,784**	,739**	,689**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000		,000	,000	,000	,000	,000
	N	193	193	193	193	193	193	187	186
Intimidade - Comunicação	Pearson Correlation	,801**	,900**	,782**	1	,530**	,829**	,802**	,766**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000		,000	,000	,000	,000
	N	193	193	193	193	193	193	187	186
Intimidade - Abertura ao exterior	Pearson Correlation	,536**	,692**	,566**	,530**	1	,448**	,529**	,524**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000		,000	,000	,000
	N	193	193	193	193	193	193	187	186
Intimidade - Convencionalidade	Pearson Correlation	,783**	,869**	,784**	,829**	,448**	1	,778**	,707**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000		,000	,000
	N	193	193	193	193	193	193	187	186
Satisfação Conjugal - Amor	Pearson Correlation	,979**	,815**	,739**	,802**	,529**	,778**	1	,849**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	,000		,000
	N	187	187	187	187	187	187	187	180
Satisfação Conjugal - Funcionamento Conjuga	Pearson Correlation	,933**	,754**	,689**	,766**	,524**	,707**	,849**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	
	N	186	186	186	186	186	186	180	186

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

**Correlations**

		Satisfação Sexual	Intimidade - Validação pessoal	Intimidade - Comunicação	Intimidade - Abertura ao exterior	Intimidade - Convencionalidade	Satisfação Conjugal - Amor	Satisfação Conjugal - Funcionamento Conjugal
Satisfação Sexual	Pearson Correlation	1	,726**	,735**	,476**	,707**	,761**	,624**
	Sig. (2-tailed)		,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	193	193	193	193	193	187	186
Intimidade - Validação pessoal	Pearson Correlation	,726**	1	,782**	,566**	,784**	,739**	,689**
	Sig. (2-tailed)	,000		,000	,000	,000	,000	,000
	N	193	193	193	193	193	187	186
Intimidade - Comunicação	Pearson Correlation	,735**	,782**	1	,530**	,829**	,802**	,766**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000		,000	,000	,000	,000
	N	193	193	193	193	193	187	186
Intimidade - Abertura ao exterior	Pearson Correlation	,476**	,566**	,530**	1	,448**	,529**	,524**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000		,000	,000	,000
	N	193	193	193	193	193	187	186
Intimidade - Convencionalidade	Pearson Correlation	,707**	,784**	,829**	,448**	1	,778**	,707**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000		,000	,000
	N	193	193	193	193	193	187	186
Satisfação Conjugal - Amor	Pearson Correlation	,761**	,739**	,802**	,529**	,778**	1	,849**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000		,000
	N	187	187	187	187	187	187	180
Satisfação Conjugal - Funcionamento Conjugal	Pearson Correlation	,624**	,689**	,766**	,524**	,707**	,849**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	
	N	186	186	186	186	186	180	186

\*\* .Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

## Anexo C- Regressão Linear Múltipla – Método Stepwise para a segunda hipótese

**Model Summary<sup>g</sup>**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	,765 <sup>a</sup>	,585	,583	,417	
2	,800 <sup>b</sup>	,640	,636	,390	
3	,805 <sup>c</sup>	,648	,642	,386	
4	,812 <sup>d</sup>	,659	,651	,382	1,532

- a. Predictors: (Constant), Satisfação Conjugal - Amor
- b. Predictors: (Constant), Satisfação Conjugal - Amor, Intimidade - Validação pessoal
- c. Predictors: (Constant), Satisfação Conjugal - Amor, Intimidade - Validação pessoal, Intimidade - Comunicação
- d. Predictors: (Constant), Satisfação Conjugal - Amor, Intimidade - Validação pessoal, Intimidade - Comunicação, Satisfação Conjugal - Funcionamento Conjugal
- e. Dependent Variable: Satisfação Sexual

**ANOVA<sup>g</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	43,753	1	43,753	251,318	,000 <sup>a</sup>
	Residual	30,989	178	,174		
	Total	74,741	179			
2	Regression	47,845	2	23,923	157,431	,000 <sup>b</sup>
	Residual	26,896	177	,152		
	Total	74,741	179			
3	Regression	48,462	3	16,154	108,191	,000 <sup>c</sup>
	Residual	26,279	176	,149		
	Total	74,741	179			
4	Regression	49,253	4	12,313	84,540	,000 <sup>d</sup>
	Residual	25,489	175	,146		
	Total	74,741	179			

- a. Predictors: (Constant), Satisfação Conjugal - Amor
- b. Predictors: (Constant), Satisfação Conjugal - Amor, Intimidade - Validação pessoal
- c. Predictors: (Constant), Satisfação Conjugal - Amor, Intimidade - Validação pessoal, Intimidade - Comunicação
- d. Predictors: (Constant), Satisfação Conjugal - Amor, Intimidade - Validação pessoal, Intimidade - Comunicação, Satisfação Conjugal - Funcionamento Conjugal
- e. Dependent Variable: Satisfação Sexual

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	,818	,212		3,862	,000
	Satisfação Conjugal - Amor	,805	,051	,765	15,853	,000
2	(Constant)	,475	,209		2,279	,024
	Satisfação Conjugal - Amor	,533	,071	,507	7,539	,000
	Intimidade - Validação pessoal	,363	,070	,349	5,190	,000
3	(Constant)	,274	,229		1,194	,234
	Satisfação Conjugal - Amor	,441	,083	,419	5,284	,000
	Intimidade - Validação pessoal	,282	,080	,271	3,538	,001
	Intimidade - Comunicação	,221	,109	,179	2,033	,044
4	(Constant)	,326	,228		1,434	,153
	Satisfação Conjugal - Amor	,578	,101	,549	5,708	,000
	Intimidade - Validação pessoal	,292	,079	,281	3,704	,000
	Intimidade - Comunicação	,273	,110	,220	2,488	,014
	Satisfação Conjugal - Funcionamento Conjugal	-,221	,095	-,202	-2,329	,021

a. Dependent Variable: Satisfação Sexual

### Excluded Variables<sup>e</sup>

Model	Beta In	t	Sig.	Partial Correlation	Collinearity Statistics	
					Tolerance	
1	Intimidade - Validação pessoal	,349 <sup>a</sup>	5,190	,000	,363	,450
	Intimidade - Comunicação	,333 <sup>a</sup>	4,226	,000	,303	,343
	Intimidade - Abertura ao exterior	,057 <sup>a</sup>	,991	,323	,074	,705
	Intimidade - Convencionalidade	,278 <sup>a</sup>	3,840	,000	,277	,412
	Satisfação Conjugal - Funcionamento Conjugal	-,076 <sup>a</sup>	-,833	,406	-,063	,280
2	Intimidade - Comunicação	,179 <sup>b</sup>	2,033	,044	,151	,259
	Intimidade - Abertura ao exterior	-,020 <sup>b</sup>	-,353	,725	-,027	,654
	Intimidade - Convencionalidade	,130 <sup>b</sup>	1,623	,106	,121	,312
	Satisfação Conjugal - Funcionamento Conjugal	-,158 <sup>b</sup>	-1,838	,068	-,137	,271
3	Intimidade - Abertura ao exterior	-,030 <sup>c</sup>	-,537	,592	-,041	,649
	Intimidade - Convencionalidade	,072 <sup>c</sup>	,808	,420	,061	,250
	Satisfação Conjugal - Funcionamento Conjugal	-,202 <sup>c</sup>	-2,329	,021	-,173	,260
4	Intimidade - Abertura ao exterior	-,018 <sup>d</sup>	-,318	,751	-,024	,642
	Intimidade - Convencionalidade	,074 <sup>d</sup>	,838	,403	,063	,250

a. Predictors in the Model: (Constant), Satisfação Conjugal - Amor

b. Predictors in the Model: (Constant), Satisfação Conjugal - Amor, Intimidade - Validação pessoal

c. Predictors in the Model: (Constant), Satisfação Conjugal - Amor, Intimidade - Validação pessoal, Intimidade - Comunicação

d. Predictors in the Model: (Constant), Satisfação Conjugal - Amor, Intimidade - Validação pessoal, Intimidade - Comunicação, Satisfação Conjugal - Funcionamento Conjugal

e. Dependent Variable: Satisfação Sexual

### Model Summary<sup>b</sup>

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	,812 <sup>a</sup>	,659	,651	,382	1,532

a. Predictors: (Constant), Satisfação Conjugal - Funcionamento Conjugal, Intimidade - Validação pessoal, Intimidade - Comunicação, Satisfação Conjugal - Amor

b. Dependent Variable: Satisfação Sexual

**ANOVA<sup>b</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	49,253	4	12,313	84,540	,000 <sup>a</sup>
	Residual	25,489	175	,146		
	Total	74,741	179			

a. Predictors: (Constant), Satisfação Conjugal - Funcionamento Conjugal, Intimidade - Validação pessoal, Intimidade - Comunicação, Satisfação Conjugal - Amor

b. Dependent Variable: Satisfação Sexual

**Coefficients**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Correlations			Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Zero-order	Partial	Part	Tolerance	VIF
1	(Constant)	,326	,228		1,434	,153					
	Intimidade - Validação pessoal	,292	,079	,281	3,704	,000	,724	,270	,163	,339	2,954
	Intimidade - Comunicação	,273	,110	,220	2,488	,014	,734	,185	,110	,248	4,031
	Satisfação Conjugal - Amor	,578	,101	,549	5,708	,000	,765	,396	,252	,210	4,751
	Satisfação Conjugal - Funcionamento Conjugal	-,221	,095	-,202	-2,329	,021	,628	-,173	-,103	,260	3,848

a. Dependent Variable: Satisfação Sexual

**Anexo D- ANOVAS para o problema de investigação**

**Sexo e Tipo de Relacionamento com Validação Pessoal**

F	df1	df2	Sig.
2,094	3	189	0,103

Source	Type III Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.	Noncent. Parameter	Observed Power
Corrected Model	0,644	3	0,215	0,557	0,644	1,672	0,164
	3055,53		3055,53	7935,79			
Intercept	6	1	6	2	0,000	7935,792	1,000
Sexo	0,201	1	0,201	0,523	0,470	0,523	0,111
Tipo_Relacionamento	0,392	1	0,392	1,019	0,314	1,019	0,171
Sexo *							
Tipo_Relacionamento	0,028	1	0,028	0,073	0,788	0,073	0,058
Error	72,771	189	0,385				
	3192,92						
Total	3	193					
Corrected Total	73,415	192					

### Sexo e Tipo de Relacionamento com Comunicação

F	df1	df2	Sig.
1,694	3	189	0,170

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	Noncent. Parameter	Observed Power
Corrected Model	0,275	3	0,092	0,350	0,789	1,049	0,118
Intercept	3179,063	1	3179,063	12115,691	0,000	12115,691	1,000
Sexo	0,020	1	0,020	0,077	0,782	0,077	0,059
Tipo_Relacionamento	0,217	1	0,217	0,827	0,364	0,827	0,148
Sexo *							
Tipo_Relacionamento	0,068	1	0,068	0,260	0,611	0,260	0,080
Error	49,592	189	0,262				
Total	3288,460	193					
Corrected Total	49,867	192					

### Sexo e Tipo de Relacionamento com Abertura ao Exterior

F	df1	df2	Sig.
2,281	3	189	0,081

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	Noncent. Parameter	Observed Power
Corrected Model	0,330	3	0,110	0,212	0,888	0,637	0,089
Intercept	2815,52	1	2815,52	5441,67	0,000	5441,675	1,000
Sexo	0,221	1	0,221	0,428	0,514	0,428	0,100
Tipo_Relacionamento	0,042	1	0,042	0,081	0,776	0,081	0,059
Sexo *							
Tipo_Relacionamento	0,065	1	0,065	0,126	0,723	0,126	0,064
Error	97,789	189	0,517				
Total	2975,44	193					
Corrected Total	98,119	192					

### Sexo e Tipo de Relacionamento com Convencionalidade

F	df1	df2	Sig.
1,334	3	189	0,265

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	Noncent. Parameter	Observed Power
Corrected Model	0,615	3	0,205	0,553	0,647	1,659	0,163
	3306,77		3306,77	8917,54			
Intercept	5	1	5	3	0,000	8917,543	1,000
Sexo	0,003	1	0,003	0,008	0,930	0,008	0,051
Tipo_Relacionamento	0,476	1	0,476	1,283	0,259	1,283	0,203
Sexo *							
Tipo_Relacionamento	0,075	1	0,075	0,203	0,653	0,203	0,073
Error	70,084	189	0,371				
	3438,36						
Total	0	193					
Corrected Total	70,700	192					

### Sexo e Tipo de Relacionamento com Amor

F	df1	df2	Sig.
1,871	3	183	0,136

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	Noncent. Parameter	Observed Power
Corrected Model	0,559	3	0,186	0,478	0,698	1,434	0,146
	3065,93		3065,93	7869,58			
Intercept	8	1	8	0	0,000	7869,580	1,000
Sexo	0,296	1	0,296	0,759	0,385	0,759	0,139
Tipo_Relacionamento	0,218	1	0,218	0,560	0,455	0,560	0,116
Sexo *							
Tipo_Relacionamento	0,068	1	0,068	0,176	0,676	0,176	0,070
Error	71,296	183	0,390				
	3230,55						
Total	8	187					
Corrected Total	71,854	186					



### Sexo e Tipo de Relacionamento com Funcionamento Conjugal

F	df1	df2	Sig.
1,418	3	182	0,239

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	Noncent. Parameter	Observed Power
Corrected Model	0,434	3	0,145	0,418	0,740	1,255	0,132
Intercept	2820,512	1	2820,512	8163,751	0,000	8163,751	1,000
Sexo	0,043	1	0,043	0,123	0,726	0,123	0,064
Tipo_Relacionamento	0,377	1	0,377	1,092	0,297	1,092	0,180
Sexo *							
Tipo_Relacionamento	0,000	1	0,000	0,001	0,982	0,001	0,050
Error	62,880	182	0,345				
Total	2958,371	186					
Corrected Total	63,313	185					

### Sexo e Tipo de Relacionamento com Satisfação Sexual

F	df1	df2	Sig.
1,237	3	189	0,298

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	Noncent. Parameter	Observed Power
Corrected Model	0,510	3	0,170	0,417	0,741	1,252	0,132
Intercept	3205,59	1	3205,59	7873,99	0,000	7873,992	1,000
Sexo	0,243	1	0,243	0,597	0,441	0,597	0,120
Tipo_Relacionamento	0,125	1	0,125	0,308	0,579	0,308	0,086
Sexo *							
Tipo_Relacionamento	0,198	1	0,198	0,485	0,487	0,485	0,107
Error	76,944	189	0,407				
Total	3356,72	193					
Corrected Total	77,454	192					

