

**“O LADO OCULTO DE UM SISTEMA DE GÉNERO”**

**O Papel da Vergonha no Stresse dos Papéis de Género e na Violência das  
Relações Amorosas dos Jovens**

SOFIA FALCÃO SILVEIRA

Orientador de Dissertação:

PROFESSORA DOUTORA MARIA GOUVEIA-PEREIRA

Professor do Seminário de Dissertação:

PROFESSORA DOUTORA MARIA GOUVEIA-PEREIRA

Dissertação submetida como requisito parcial para a obtenção do grau de:

MESTRE EM PSICOLOGIA CLÍNICA

Especialidade em Psicologia Clínica

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

## **Agradecimentos**

À Professora Doutora Maria Gouveia-Pereira expresso a minha gratidão pela orientação e sugestões que permitiram o culminar deste trabalho. Agradeço pela inspiração, sinceridade e disponibilidade ao longo deste ano.

Aos meus pais, a quem dedico palavras especiais de apreço. Graças ao vosso incentivo e dedicação, hoje tenho a felicidade de perseguir os meus sonhos. Um agradecimento especial à minha mãe, Ana Júlia, pelos abraços calorosos em momentos de maior ansiedade.

Ao Daniel, Inês, Sara, avós, tios e primos, obrigada pelos momentos de crescimento, cumplicidade e descontração que tanto valorizo.

A todos os meus amigos e amigas de Sintra, que tanta paz e aconchego me trazem. Obrigada por serem a minha segunda família, pelo apoio inabalável e pela amizade genuína.

À Leonor, a quem não há palavras suficientes para expressar gratidão. À tua energia contagiante, à forma de veres a vida e à tua presença na minha vida que tanto agradeço!

Aos meus amigos da licenciatura, “Os Oito”, agradeço por este percurso académico repleto de memórias tão bonitas. A cada um de vocês agradeço pelas gargalhadas, pela constante entreaajuda, pelas lições aprendidas e pela força que sempre me deram.

À Lua, agradeço por todos os altos e baixos, por todas as emoções e momentos partilhados. Ao companheirismo que fez parte de todo este percurso!

## Resumo

Os efeitos dos papéis de género arraigados na sociedade, como o stresse e a vergonha, têm o potencial de afetar dinâmicas individuais e interpessoais. Ainda nesta linha e considerando a relevância de compreender os fatores subjacentes à violência nas relações amorosas dos jovens, esta investigação teve como principal objetivo analisar o impacto do stresse dos papéis de género nesta violência– na perspetiva do agressor e da vítima – e, analisar se a vergonha atua como mediadora. O presente estudo contou com 147 participantes, com idades entre os 18 e os 25 anos, residentes em Portugal há pelo menos 3 anos e que estão num relacionamento amoroso há pelo menos 6 meses. Os participantes foram recrutados via online e responderam à Escala da Vergonha Global (Externa e Interna) e à Versão Resumida da Escala Multidimensional de Violência no Namoro. Conforme o sexo, responderam à Escala de Stresse do Papel de Género Masculino e à Escala de Stresse do Papel de Género Feminino. No sexo masculino, as análises de mediação não foram confirmadas. No entanto, sentir stresse em contextos de subordinação à mulher e expressividade emocional correlacionam-se com a violência enquanto agressor. No sexo feminino, sentir stresse de agir assertivamente, quando mediado pela vergonha, tem impacto na violência enquanto vítima, e enquanto agressora. Este estudo implica que determinadas normas de género têm consequências emocionais adversas. Apesar da violência ser pouco reportada pela amostra, estas consequências podem contribuir para a sua perpetuação e vitimização.

*Palavras-chave:* stresse do papel de género masculino, stresse do papel de género feminino, vergonha, violência, normas de género

## **Abstract**

The effects of gender roles ingrained in society, such as stress and shame, have the potential to affect individual and interpersonal dynamics. Still on this topic and given the importance of exploring the underlying factors of violence in romantic relationships of young people, this research aims to analyze the impact of gender role stress on violence – both as aggressor and as victim - and to analyze whether shame acts as its mediator. This research's sample involves 147 participants, aged between 18 and 25, resident in Portugal for, at least, 3 years and are in a romantic relationship for at least 6 months. The participants were recruited online, and proceeded to answer to the (Internal and External) Global Shame Scale and the Short version of the Multidimensional Dating Violence Scale. The sample answered to the Masculine Gender Role Stress Scale and the Feminine Gender Role Stress Scale, according to their respective biological sex. In males, the mediation analyses were not confirmed. However, feeling stress in situations of women subordination and emotional expressiveness correlate with violence as an aggressor. In females, feeling stress in being assertive, when mediated by shame, has an impact in violence, both as a victim and an aggressor. This study entails that certain gender norms have hostile emotional consequences. Despite the fact that violence is rarely reported by the sample, these consequences can contribute to its perpetuation and victimization.

**Keywords:** masculine gender role stress, feminine gender role stress, shame, violence, gender norms

## Índice

Introdução.....	1
Revisão de Literatura.....	2
Stresse dos Papéis de Género.....	3
Stresse do Papel de Género Masculino.....	4
Stresse do Papel de Género Feminino.....	4
Vergonha.....	5
Violência nas Relações Amorosas.....	7
Violência Enquanto Agressor.....	8
Violência Enquanto Vítima .....	9
Objetivo e Hipóteses.....	10
Método.....	14
Delineamento e Análise de Dados.....	14
Participantes.....	14
Procedimento.....	16
Instrumentos.....	16
Escala da Vergonha Global (Externa e Interna).....	16
Escala de Stresse dos Papéis de género.....	17
Escala de Stresse do Papel de Género Masculino.....	17
Escala de Stresse do Papel de Género Feminino.....	18
Versão Resumida da Escala Multidimensional de Violência no Namoro.....	19
Resultados.....	21
Análise de Correlação.....	21
Análise da Violência.....	23
Discussão de Resultados.....	31
Amostra Masculina.....	31

Amostra Feminina.....	34
Índices de Violência da Amostra (Global).....	37
Limitações.....	37
Estudos Futuros.....	38
Implicações Práticas.....	40
Conclusão.....	42
Referências.....	43
Anexos.....	50
Anexo A – Introdução ao Protocolo.....	50
Anexo B – Questionário Sociodemográfico.....	51
Anexo C – Escala da Vergonha Global (Externa e Interna).....	54
Anexo D – Escala de Stresse do Papel de Género Masculino.....	55
Anexo E – Escala de Stresse do Papel de Género Feminino.....	59
Anexo F – Versão Resumida da Escala Multidimensional de Violência no Namoro....	63

## Lista de Tabelas

<b>Tabela 1.</b> Matriz de Correlações: Vergonha, Stresse do Papel de Género Masculino e as suas Subdimensões, no Sexo Masculino.....	22
<b>Tabela 2.</b> Matriz de Correlações: Vergonha, Stresse do Papel de Género Feminino e as suas Subdimensões, no Sexo Feminino.....	23
<b>Tabela 3.</b> Matriz de Correlações: Stresse de Equidade de Género, Violência Enquanto Agressor e as suas Subdimensões, no Sexo Masculino.....	25
<b>Tabela 4.</b> Matriz de Correlações: Vergonha, Violência Enquanto Vítima e as suas Subdimensões no Sexo Feminino.....	26
<b>Tabela 5.</b> Efeito Total, Direito e Indireto do Stresse de Agir Assertivamente na Violência Enquanto Vítima (Cyberbullying, Psicoemocional e Física), através da Vergonha.....	28
<b>Tabela 6.</b> Efeito Total, Direito e Indireto de Stresse de Agir Assertivamente na Violência Restritiva Enquanto Agressora, através da Vergonha.....	30

## Lista de Figuras

<b>Figura 1.</b> Modelo de Mediação: Stresse de Agir Assertivamente e Violência Enquanto Vítima (Cyberbullying, Psicoemocional e Física), através da Vergonha.....	27
<b>Figura 2.</b> Modelo de Mediação: Stresse de Agir Assertivamente e Violência Restritiva Enquanto Agressora, através da Vergonha.....	29



## Introdução

A violência analisada na presente investigação define-se pela perpetuação de atos de abuso emocional, físico, sexual e de controlo, digital e presencial, nas relações amorosas dos jovens (García-Carpintero-Muñoz et al., 2022). A violência é um fenómeno complexo que tem sido alvo de uma progressiva visibilidade social (Caridade, 2011). Em Portugal, sobretudo a partir da década de 90, a investigação começou a reconhecer a gravidade e a dimensão desta problemática. Desde os seus tempos mais remotos, a preocupação científica e social enfatiza, principalmente, a violência contra as mulheres (Caridade, 2011). De facto, a violência nas relações amorosas pode ser explicada por uma perspetiva patriarcal, que defende que o homem recorre à violência para impor controlo e poder sobre a sua parceira (Casey et al., 2016; Merino et al., 2021). No entanto, outros estudos também indicam que a perpetuação e vitimização de violência não são assimétricas em termos de género (Bates, 2019; Caridade, 2011; Capinha et al., 2022). Com efeito, é fundamental considerar outras perspetivas que não se focam exclusivamente na mulher enquanto vítima e no homem enquanto agressor (Machado et al., 2016).

A transição para uma sociedade mais equitativa, especialmente entre as gerações mais jovens, exhibe um metamorfismo na defesa de valores patriarcais de género (Camilo & Minas, 2023). Apesar da crescente idealização de equidade, a socialização dos papéis de género continua a prevalecer nos dias de hoje (Camilo & Minas, 2023; Halimi et al., 2018). Deste modo, embora os valores conscientes, as crenças sociais de género são internalizadas e permanecem ao nível do subconsciente, influenciando os processos cognitivos e emocionais de cada indivíduo (Harrington et al., 2022; Swartout et al., 2015).

Considerando as crenças internalizadas e as fortes pressões sociais, o incumprimento com os papéis de género pode gerar efeitos de stresse e sentimentos de vergonha (Efthim et al., 2001). Por conseguinte, a incapacidade para lidar de forma funcional com estes efeitos pode manifestar-se em dois resultados distintos: a tendência para comportamentos de submissão e, paradoxalmente, a propensão para cometer violência (Gallagher & Parrott, 2011; Gilbert, 2002; Paulo et al., 2020).

Existe pouco consenso na literatura sobre os aspetos que contribuem para a vitimização e perpetuação de violência nos jovens (Caridade, 2011). Por este motivo, torna-se evidente a necessidade de compreender quais os significados subjacentes às diferentes experiências de

violência. A este respeito, o presente estudo analisa a correlação entre o stresse dos papéis de género e a vergonha, e, se o stresse dos papéis de género tem impacto na violência - enquanto agressor e enquanto vítima – quando esta relação é mediada pela vergonha. Espera-se que esta investigação contribua para uma melhor compreensão sobre o impacto dos papéis de género, sobre a violência nas relações amorosas dos jovens e para que existam abordagens mais integradoras de prevenção a nível individual e relacional.

### **Revisão de Literatura**

Os papéis de género referem-se aos comportamentos considerados apropriados para os géneros masculino e feminino (Wood & Eagly, 2010), que, tradicionalmente, refletiam as divisões nos trabalhos - o papel do homem relacionava-se com o acesso a recursos e o da mulher com a prestação de cuidados e tarefas domésticas (Eagly & Steffen, 1984). Neste sentido, tal como Eagly e Steffen (1984) explicam, os papéis de género intensificaram as representações de personalidade associadas a cada género. Por um lado, características como assertividade e desempenho descreviam o género masculino, por outro, a passividade e sensibilidade o género feminino. Por conseguinte, a sobrevalorização social da dimensão produtiva, em comparação com a dimensão reprodutiva, refletiu-se na dominação simbólica masculina e na submissão feminina (Amâncio, 1993).

À medida que as mulheres lutaram pelos seus direitos sociais e entraram no mercado de trabalho, estas começaram gradualmente a ser percebidas com características tipicamente masculinas e não femininas. Foi este movimento que permitiu a que algumas se destacassem numa sociedade dominada por normas de género arraigadas (Lopez-Zafra & Garcia-Retamero, 2012). Estas mudanças sociais levaram a que os jovens, de forma consciente, defendessem cada vez menos os valores patriarcais de género, tais como a dominação masculina e a submissão feminina. No entanto, a socialização de características e papéis atribuídos a cada género, continua a prevalecer nos dias de hoje (Camilo & Minas, 2023, Halimi et al., 2018).

Embora o conceito de género (i.e., características sociais e culturais) seja diferente do conceito de sexo (i.e., características biológicas), a identidade de género tende a ser associada à dicotomia do sexo biológico (i.e., sexo feminino e sexo masculino). Com efeito, a atribuição de género ocorre antes do nascimento de uma criança e define a educação à qual a mesma é sujeita (Wood & Eagly, 2010). Assim, a criança aprende os comportamentos de género socialmente e culturalmente aceites, através de mensagens verbais e não verbais, como por exemplo na observação dos adultos ao seu redor (West & Zimmerman, 1987).

Esta educação de género fundamenta-se no processo de socialização de género, que é transmitido pela interação entre os diversos subsistemas, tais como a família, escola e grupos sociais (Wood & Eagly, 2010). Nestes contextos, o papel de género feminino destaca-se pelas relações interpessoais e pela sensibilidade emocional, enquanto que, aquele associado ao género masculino enfatiza a autonomia, o desempenho e a repressão de emoções (Elison et al., 2015 citado por Paulo et al., 2020).

Ao longo do desenvolvimento, os papéis de género são reforçados por recompensas e punições da sociedade, tornando-se presentes no subconsciente dos indivíduos e influenciando as suas avaliações cognitivas e respostas emocionais (Copenhaver & Eisler, 1996; Rashotte & Webster, 2005; Wood & Eagly, 2010). Como resultado, os indivíduos ao agirem em conformidade com os papéis de género, sentem-se recompensados e têm maior tendência para sentir emoções positivas, respostas de aprovação e interação contínua entre os pares (Wood & Eagly, 2010). Caso contrário, o desvio a estes papéis pode ser prejudicial ao nível da saúde e do bem-estar, constituindo-se como um risco significativo para o aumento de stresse (e.g., Eisler & Skidmore, 1987; Gillespie & Eisler, 1992).

### **Stresse dos Papéis de Género**

Destaca-se o conceito de *stresse dos papéis de género* (Eisler & Skidmore, 1987; Gillespie & Eisler, 1992). Este stresse é despoletado por contextos que são interpretados como desafios ao cumprimento com os papéis de género, ou, que requerem uma resposta contrária às capacidades de género adquiridas (Gillespie & Eisler, 1992). Estes contextos definem-se como ameaças à identidade de género, pelo que estas ameaças podem ser bastante prejudiciais para a saúde mental de cada indivíduo, repercutindo-se na incidência de ansiedade, vergonha e culpa (Efthim et al., 2001; Eisler & Skidmore, 1987; Gillespie & Eisler, 1992).

Devido à variabilidade de características individuais, certos eventos podem causar stresse a indivíduos de ambos os géneros (i.e., feminino e masculino). Porém, os autores Eisler e Skidmore (1987) e Gillespie e Eisler (1992) identificaram eventos que, por ação da socialização, afetam mais o género masculino do que o feminino, e vice-versa. Como exemplo explicativo, a capacidade de demonstrar emoções e reconhecer vulnerabilidades é frequentemente inserida na educação feminina e pode ser encarada como um desvio à masculinidade (McQueen, 2017; Machado et al., 2016). Neste sentido, um contexto que requer expressividade emocional (e.g., reconfortar um amigo) pode ser interpretado pelo género

masculino como uma ameaça, pois requer capacidades que são social e tipicamente atribuídas ao feminino (Copenhaver & Eisler, 1996).

### ***Stresse do Papel de Género Masculino***

Tradicionalmente, o papel de género masculino requeria características de inexpressividade emocional, ambição, autonomia, assertividade e força física (Bem, 1974). Conforme destacado por Eisler e Skidmore (1987), tais características repercutiam-se em elevados níveis de stresse associados à incapacidade física, inferioridade intelectual e falha de desempenho nas áreas laboral e sexual. Além disso, contextos que exigiam a expressão de emoções e subordinação à mulher no seio conjugal e profissional, também tinham influência nesta experiência de stresse.

Dadas as mudanças transgeracionais que têm ocorrido ao longo dos anos, é possível que estas tenham influenciado os níveis de stresse do papel de género masculino. Segundo Swartout et al. (2015), os homens que continuam a experienciar stresse em contextos de subordinação à mulher, são também aqueles que defendem uma perspetiva mais patriarcal. Os contextos de subordinação à mulher referem-se à inversão dos papéis tradicionais, como por exemplo, o homem assumir tarefas domésticas, ter uma mulher como patroa e/ou a parceira amorosa receber um salário superior (Eisler & Skidmore, 1987). Assim, dado que os homens com valores mais patriarcais são menos representativos da população masculina, é possível que, atualmente, esta população relate menos stresse de subordinação à mulher (Camilo & Minas, 2023; Lopez-Zafra & Garcia-Retamero, 2012; Swartout et al., 2015).

Por outro lado, os outros contextos que ameaçam o papel de género masculino, tais como a incapacidade física, inferioridade intelectual, expressividade emocional e fraco desempenho, continuam a provocar stresse na maioria desta população, independentemente dos valores que cada indivíduo defende. Neste sentido, compreende-se que, as características relacionadas a estes contextos continuam a ser partes integrantes da imagem social masculina (Efthim et al., 2001; Swartout et al., 2015). Consequentemente, esta imagem e o stresse associado são indicadores de outros problemas emocionais, tal como a vergonha, que pode provocar sensações de inferioridade e desvalorização social (Efthim et al., 2001).

### ***Stresse do Papel de Género Feminino***

Em meados do século XX, o papel de género feminino começa a refletir características que facilitam a construção de relacionamentos positivos, como afetividade, cuidado pelo outro, passividade e expressividade emocional (Bem, 1974). Posto isto, as autoras Gillespie e Eisler

(1992) identificaram que, em média, a população feminina experienciava stresse quando se sentia incapaz de cumprir com os papéis que lhe eram atribuídos, como por exemplo no papel de cuidadora; na construção de relacionamentos emocionais íntimos; e quando sentia que não estava a cumprir com os ideias de atratividade física. Além disso, as autoras em questão identificaram que, em situações que requeriam atos de assertividade e atos de prevenção ao perigo/violência, os níveis de stresse também tendiam a aumentar consideravelmente.

Atualmente, os movimentos feministas desempenham um papel crucial na consciencialização das normas sociais e na promoção da independência emocional entre as jovens (e.g., Macedo & Pereira, 2015). No entanto, as mulheres contemporâneas continuam a experienciar stresse nos diversos contextos indentificados por Gillespie e Eisler (1992) (Richmond et al., 2015). Conforme a literatura, estas evidências não são surpreendentes. Por um lado, assiste-se a uma evidente pressão exercida pelos media e valores heteronormativos, para que as mulheres sejam atrativas e detenham um corpo feminino “ideal” (Smith et al., 2019). Por outro lado, as mulheres continuam a ser vistas como mais frágeis, sensíveis e a exercer mais tarefas domésticas e de cuidados à família, em comparação com o género masculino (Camilo & Minas, 2023; Hammock et al., 2017).

Assim, mesmo tendo consciência dos desafios que enfrentam, as mulheres, sendo alvo de críticas dos outros e autocríticas, muitas sentem um conflito interno entre o desejo de progressão e a necessidade de conformidade social (Richmond et al., 2015). Por sua vez, a experiência de stresse leva a outros desafios emocionais, como a experiência de vergonha que, tal como na população masculina, causa efeitos prejudiciais a nível pessoal e relacional (Efthim et al., 2001; Paulo et al., 2020).

## **Vergonha**

A vergonha é uma emoção autoconsciente que, quando pontualmente despoletada, desempenha funções adaptativas, promovendo a conformidade com as regras morais e facilitando as interações sociais. Neste contexto, o indivíduo pode reconhecer a vergonha, restaurar relações e reajustar valores e prioridades (Tangney & Tracy, 2012). No entanto, quando a vergonha ocorre com maior frequência e intensidade, esta pode desencadear sentimentos negativos, moldando persistentemente o comportamento individual (Gilbert, 2017).

Segundo os autores Ferreira et al. (2022), para que seja possível compreender a vergonha disfuncional é relevante considerar dois conceitos que a integram: a vergonha externa

e a vergonha interna. A vergonha externa refere-se à avaliação negativa pela perspectiva dos outros, sendo real ou imaginada. Quando esta dimensão é experienciada em maior grau, significa que o indivíduo acredita que os outros o veem como inferior, que o criticam e rejeitam-no. Já a vergonha interna reflete a autocrítica, desvalorização e sentimentos de inferioridade e inutilidade (Gilbert, 2017). Embora estes dois conceitos detenham significados distintos, estes coocorrem frequentemente, e, ao atuar em conjunto - enquanto vergonha (global) - exercem uma função crucial no funcionamento social (Gilbert, 2017).

De acordo com o modelo evolucionário e biopsicossocial da vergonha (Gilbert, 2017), o ser humano tem a necessidade de criar ligações sociais e estimular afeto positivo na mente dos outros, para ser apreciado, escolhido e validado. Esta necessidade reflete-se na procura de conexões e aceitação social. Se o indivíduo se sente desvalorizado e negligenciado desde uma idade precoce, este torna-se mais propenso a sentir vergonha (global) e a um maior medo de rejeição social (Gilbert, 2017). Aquando da propensão para sentir vergonha, esta emoção é particularmente despoletada pelas normas e expectativas sociais (Tangney & Tracy, 2012).

Com base nas ideias de Morrison (1989) (citado por Efthim et al., 2001), as mulheres são mais prováveis de sentir vergonha em questões relacionais, enquanto que, os homens tendem a sentir vergonha quando falham em questões instrumentais. Nesta linha de pensamento, os autores Efthim et al. (2001) desenvolveram uma investigação junto de jovens entre os 17 e os 25 anos. Os autores descobriram que quanto maior é o stresse dos papéis de género (feminino e masculino) maior é sensação de vergonha, o que reforça a ideia sobre as crenças e expectativas sociais influenciarem o despoletar desta emoção.

A vergonha, tanto no género masculino como no feminino, pode provocar um impacto negativo nos diversos contextos sociais, pois limita a capacidade de solucionar problemas pessoais e interpessoais (Scheff, 2003; Tangney, 1999). Neste sentido, a literatura identificou duas estratégias despoletadas pela vergonha para lidar com estes problemas (Gilbert, 2002; Tangney & Tracy, 2012). Uma delas, a externalização da vergonha, envolve a necessidade de demonstrar assertividade e poder, repercutindo-se na culpabilização de terceiros e atos de violência. A outra estratégia, a internalização da vergonha, envolve aceitar o estatuto inferiorizado, evitando conflitos e mostrando comportamentos de submissão (Gilbert, 2002; Paulo et al., 2020; Vagos et al., 2019).

A este respeito, os autores Efthim et al. (2001) procuraram analisar a correlação entre o stresse dos papéis de género e a externalização da vergonha. Os resultados revelaram que, no

género masculino, o stresse em contextos de subordinação à mulher e, em simultâneo, de expressividade emocional está associado à externalização da vergonha. Quanto ao género feminino, embora os contextos de stresse não tenham sido especificados, o stresse do papel de género feminino também tende a desencadear a externalização da vergonha. Como anteriormente mencionado, a externalização tende a provocar atos de violência (Gilbert, 2002). Por este motivo, os resultados de Efthim et al. (2001) aludem à possibilidade de que o stresse dos papéis de género, em conjunto com a vergonha, promove a perpetuação de violência, ainda que esta última não tenha sido investigada.

### **Violência nas Relações Amorosas**

Apesar de uma maior consciencialização e contestação social (Caridade, 2011), Capinha et al. (2022) identificou índices de violência em mais de metade de uma amostra de casais portugueses, heterossexuais e homossexuais, entre os 18 e os 80 anos de idade. Especificamente, entre jovens universitários, Caridade e Barros (2018) evidenciaram que, pelo menos, 45% dos jovens relata violência no relacionamento amoroso, quer enquanto agressor, quer enquanto vítima. Ambos os estudos ilustram atos de violência psicológica, sexual e física e demonstram que, a violência psicológica é consideravelmente a mais reportada, sendo a sexual a segunda forma de violência mais prevalente (Capinha et al., 2022; Caridade & Barros, 2018).

A violência nas relações amorosas causa danos físicos, psicológicos e/ou sexuais e é definida pela perpetuação de atos de abuso nas relações amorosas (World Health Organization [WHO], 2012). Os atos de abuso podem ser psicoemocionais, físicos e sexuais, tal como representados nos estudos de Capinha et al. (2022) e de Caridade e Barros (2018). Os atos psicoemocionais referem-se a atitudes que inferiorizam e desvalorizam o parceiro (e.g., insultar e humilhar) e os de violência sexual decorrem por estratégias de controlo emocional para fins sexuais, como a coerção sexual. Já a violência física é representada por um contínuo entre as ameaças e a agressão física (WHO, 2012). Além destes atos, e em conformidade com o estudo de García-Carpintero-Muñoz et al. (2022), a violência é igualmente definida pela perpetuação de atos de controlo e vigilância e de cyberbullying. Os atos de controlo e vigilância, nomeadamente da atividade diária do parceiro, ocorrem presencialmente (García-Carpintero-Muñoz et al., 2022). Já os atos de cyberbullying, através do digital, podem cumprir ações de controlo, mas também de abuso psicoemocional (Alvarez, 2012).

Adicionalmente, a violência pode manifestar-se de forma unidirecional, sendo esta perpetuada por um dos parceiros, ou mútua, que consiste na coocorrência de violência entre os parceiros da relação amorosa (Machado et al., 2019). No contexto português, a violência mútua é a violência mais prevalente nos relacionamentos amorosos, no entanto, esta é socialmente desvalorizada (Capinha et al., 2022; Machado et al., 2019). Por um lado, esta desvalorização pode dever-se à dificuldade de reconhecer a natureza abusiva dos comportamentos. Em particular entre os mais jovens, os atos psicoemocionais e de controlo são interpretados como provas de “amor” e/ou estratégias de resolução de conflitos, ao invés de serem reconhecidos como crimes e prejudiciais (Fiol et al., 2019; Perles et al., 2019). Por outro lado, as perceções diferenciadas de género limitam a compreensão da violência. A atenção social e investigacional concentra-se predominantemente na violência por homens contra mulheres, desviando-se de outras perspetivas de violência, como a violência mútua e a vitimização masculina, o que pode também contribuir para a desvalorização deste problema (Hammock et al., 2017; Machado et al., 2016).

### ***Violência Enquanto Agressor***

As perspetivas feministas – pioneiras sobre a influência cultural na violência das relações amorosas – reconhecem a violência como resultado de um conjunto de valores patriarcais, sendo o homem o principal responsável pelos atos de violência e a mulher a principal vítima dos mesmos (Archer, 2000). Em conformidade com esta perspetiva, a literatura indica que os homens com crenças conscientes de dominação masculina, são mais propensos de exercer atos de violência física, sexual e de controlo (Casey et al., 2016). Neste caso, a violência é interpretada pelos homens como uma resposta ideal masculina, substituta da expressão de emoções e vulnerabilidades (Scheff, 2003).

Com detalhe, a violência é principalmente perpetuada pelo stresse do papel de género masculino (Gallagher & Parrott, 2011). De acordo com Eftim et al. (2001), sentir stresse em contextos de subordinação à mulher e de expressividade emocional, representa o perfil que mais reflete o desejo de poder e controlo masculino. Como resultado, este perfil masculino tende a externalizar a vergonha sentida por meio da violência, sendo que permite restaurar o sentido de dominância, desanuviar o stresse e lidar de forma disfuncional com as suas emoções (Eftim et al., 2001; Gallagher & Parrott, 2011).

Sob outra perspetiva, a literatura também aponta que ambos os géneros, masculino e feminino, podem assumir o papel de agressor e/ou vítima de violência nas relações amorosas

(Capinha et al., 2022; Caridade, 2011). Estudos recentes, como o de Capinha et al. (2022), destacam que estes gêneros são responsáveis por violência em proporções semelhantes, independentemente da orientação sexual ou do sexo da vítima. No entanto, apesar de evidências como esta, o reconhecimento da violência pela mulher é desafiado pela persistente representação feminina - incapaz de causar danos, mais vulnerável e necessitada de proteção (Kalin & Tilby, 1978). Esta representação conduz à descredibilização social dos seus atos de violência, levando a crer que correspondem a ações menos graves e de autodefesa (Hammock et al., 2017). Neste sentido, há uma menor probabilidade de condenar a agressora e de conceber apoio social e institucional à vitimização masculina (Machado et al., 2016).

Como anteriormente mencionado, o estudo desenvolvido por Efthim et al. (2001) demonstra que o stresse do papel de género feminino está associado à externalização da vergonha. Face a estas descobertas, os autores argumentaram que esta externalização, e possível violência, é uma estratégia de autodefesa contra a desigualdade de poderes, o que ecoa a perspetiva feminista. Em contraste, o estudo de Paulo et al. (2020) destaca que, tal como os homens, as mulheres externalizam as suas emoções por meio da violência física e verbal, não sendo estas justificadas apenas por autodefesa. Neste estudo, os autores justificaram estas formas de violência como estratégia para proteger ou melhorar a própria imagem social feminina, especificamente nas áreas interpessoais, o que remete para a influência dos papéis de género neste contexto (Elison et al., 2015 citado por Paulo et al., 2020).

### ***Violência Enquanto Vítima***

A vergonha, tal como destaca Gilbert (2002), além de impulsionar comportamentos violentos, quando é internalizada, tende a promover comportamentos de submissão. Este contexto é particularmente evidente face às expectativas culturais e sociais do papel de género feminino (Elison et al., 2015 citado por Paulo et al. 2020). Estas expectativas incentivam as mulheres a desfavorecer as próprias necessidades em prol da satisfação de terceiros e da construção de relacionamentos íntimos (Truman-Schram et al., 2000). Assim sendo, a pressão para corresponder a estas expectativas não gera apenas maiores níveis de stresse, mas também torna as mulheres mais vulneráveis à internalização da vergonha, pois esta alinha-se com o estereótipo de passividade e acomodação (Elison et al., 2015 citado por Paulo et al. 2020; Truman-Schram et al., 2000; Vagos et al. 2019).

O stresse e a vergonha, ao prejudicar a confiança pessoal e a capacidade de estabelecer limites saudáveis, podem criar um ambiente propício para a vitimização feminina (Tangney,

1999; Truman-Schram et al., 2000). Com efeito, independentemente do custo pessoal, a aceitação e a submissão face a comportamentos abusivos podem ser mais prováveis de ocorrer, uma vez que esta posição confirma o papel feminino e evita que a mulher seja alvo de ostracismo social (Ismail et al., 2007; Truman-Schram et al., 2000).

De outra forma, a pressão para os homens conformarem-se com o papel masculino e serem socialmente aceites, pode também torná-los mais vulneráveis à sua vitimização (Machado et al., 2016). De acordo com a literatura, esta vulnerabilidade pode ser exacerbada por duas razões. Em primeiro lugar, quando o homem é vítima de violência, esta posição é muitas vezes desvalorizada pela sociedade, criando obstáculos internos para este procurar ajuda (Hammock et al., 2017; Machado et al., 2016). Em segundo lugar, a vitimização masculina é frequentemente negada pelo próprio, pois a mesma é associada à feminilidade e à fragilidade, constituindo-se como uma ameaça à sua identidade de género. Assim, admitir a sua vitimização pode ser interpretado como um sinal de fraqueza, sendo que contraria as expectativas sociais sobre o homem ser assertivo, forte e não expressar emoções (Bates, 2019; Machado et al., 2016).

Com detalhe, de acordo com os autores Efthim et al. (2001), os homens que sentem stresse em contextos sobre a inferioridade intelectual, expressão de emoções, incapacidade física e falha de desempenho tendem a sentir vergonha. Segundo os mesmos autores, a vergonha nestes contextos não está associada à externalização da vergonha, o que pode significar a internalização da mesma e, especificamente, de sentimentos de inferioridade e desvalorização social (Efthim et al., 2001). Nestes contextos, os homens que sentem maiores níveis de stresse e maior vergonha, também sentem maiores dificuldades para expressar vulnerabilidades e admitir incapacidades (Efthim et al., 2001; Eisler & Skidmore, 1987). Por este motivo, é plausível que estes também se tornem mais suscetíveis de aceitar e de se submeter aos comportamentos abusivos nas relações amorosas.

## **Objetivo e Hipóteses**

Sob a influência de um sistema binário de género, as crenças que incitam à violência podem estar intrinsecamente ligadas aos papéis atribuídos ao masculino e feminino. No entanto, é imperativo reconhecer que estas crenças, por si só, não podem ser responsabilizadas pelos cenários de violência nas relações amorosas (Gallagher & Parrott, 2011). Considerando a sua complexidade, a compreensão dos cenários de violência exige a análise de processos emocionais e cognitivos subjacentes.

Ademais, denota-se a relevância de analisar não apenas a perpetuação da violência, mas também a sua vitimização. Neste caso, destaca-se que não se pretende insinuar que quem sofre de violência é responsável pela situação que enfrenta. Pelo contrário, ao identificar os fatores que promovem a submissão a comportamentos abusivos, pretende-se reconhecer a complexidade da circunstância em que cada indivíduo se encontra.

Para a investigação, atender somente à simetria ou assimetria de género na violência pode ser contraproducente e redutor (Caridade, 2011). Mais do que a comparação feminino-masculino, considera-se importante compreender cada fenómeno de violência nas relações amorosas e a sua relação com os diferentes papéis de género. Neste sentido, este estudo irá focar-se, de forma distinta, na amostra do sexo feminino e masculino. Embora *sexo* e *género* sejam conceitos diferentes, este estudo distingue a amostra por sexo, pois a socialização dos papéis de género inicia-se desde uma idade precoce e costuma estar associada ao sexo biológico, pelo que tende a ser transversal a todos os géneros (Wood & Eagly, 2010).

Posto isto, o objetivo central desta investigação define-se pela correlação entre o stresse dos papéis de género (variável independente) e a violência nas relações amorosas (enquanto agressor vs. enquanto vítima; variáveis dependentes), mediada pela vergonha (variável mediadora) em jovens, do sexo feminino e masculino, que vivem em Portugal. Tendo em conta que a variável stresse dos papéis de género (feminino e masculino) integra diversos contextos sociais, para a elaboração deste objetivo, pretende-se também identificar quais os contextos de stresse que, através da vergonha, contribuem para os cenários de violência.

Nesta linha, lembra-se que o stresse do papel de género masculino inclui contextos de subordinação à mulher, expressividade emocional, inferioridade intelectual, incapacidade física e falha de desempenho. Já o stresse do papel de género feminino integra contextos associados a relacionamentos sem intimidade, agir assertivamente, atratividade física, e, associados ao papel de cuidadora e de vitimização.

Primeiramente, antes de responder ao objetivo central, considera-se relevante analisar a correlação entre o stresse dos papéis de género feminino e masculino (e os seus contextos específicos) com a vergonha, de modo a obter evidências mais recentes e do contexto português sobre estes desafios.

Como o stresse dos papéis de género deriva da pressão social para corresponder às expectativas de género, sabe-se que a vergonha pode ser intensificada pelo desvio a estas expectativas (Efthim et al., 2001). Sendo as expectativas sociais diferentes para homens e

mulheres, a hipótese 1 é repartida pelas hipóteses 1a (amostra masculina) e 1b (amostra feminina) e refere-se a:

*Hipótese 1a:* Existe uma correlação positiva significativa entre o stresse do papel de género masculino e a vergonha.

*Hipótese 1b:* Existe uma correlação positiva significativa entre o stresse do papel de género feminino e a vergonha.

Após as hipóteses 1a e 1b, as seguintes hipóteses focam-se no objetivo central. Em primeiro lugar, destaca-se o sexo masculino enquanto agressor e enquanto vítima de violência e em segundo, o sexo feminino também enquanto agressor e enquanto vítima.

Como anteriormente mencionado, níveis elevados de stresse em contextos de subordinação à mulher e de expressividade emocional representam um padrão que valoriza o poder e controlo masculino (Efthim et al., 2001). Como este padrão ideológico entende a violência como um comportamento masculino aceitável, não é surpreendente que haja uma maior probabilidade de homens que seguem este padrão recorrerem à violência como meio de controlo (Gallagher & Parrott, 2011; Levant, 2011).

A este respeito, os autores Efthim et al. (2001) evidenciaram que este perfil masculino (i.e., com stresse de subordinação à mulher e de expressividade emocional) tende a externalizar a vergonha. No entanto, embora a vergonha esteja associada à violência masculina (Scheff, 2003), os autores não investigaram diretamente o efeito do stresse e da vergonha nos contextos de violência (Efthim et al., 2001). Assim, a hipótese 2 procura compreender se o stresse, através da vergonha, tem impacto na violência enquanto agressor.

Para a construção desta hipótese, foi criada uma variável compósita que integra os contextos de stresse de subordinação à mulher e de stresse de expressividade emocional. Dada a ideologia associada a este conjunto de contextos, a variável compósita denomina-se por stresse de equidade de género.

*Hipótese 2:* Existe uma correlação positiva significativa entre o stresse de equidade de género e a violência enquanto agressor e essa correlação é mediada pela vergonha.

Ainda sobre o sexo masculino, mas sob uma perspetiva diferenciada, evidencia-se que o stresse em contextos de inferioridade intelectual, incapacidade física, falha de desempenho e expressividade emocional, está correlacionado com a vergonha (Efthim et al., 2001). A sensação de stresse nestes contextos revela a importância social atribuída à imagem corporal

masculina, à competência intelectual, ao desempenho e à restrição de emoções (Eisler & Skidmore, 1987). Assim sendo, quando o gênero masculino não corresponde a estas expectativas sociais, sente a sua identidade de gênero a ser ameaçada, repercutindo-se na emoção de vergonha (Efthim et al., 2001). Por sua vez, esta ameaça pode constituir-se como uma vulnerabilidade à internalização da vergonha e a consequentes atos de submissão (Tangney & Tracy, 2012). Apesar destas conclusões, ainda não há evidências sobre como o stresse e a vergonha influenciam a violência enquanto vítima.

Para a construção da hipótese 3, infere-se o stresse de inferioridade intelectual, de falha de desempenho, de expressividade emocional e de incapacidade física como uma só variável. A esta variável dá-se o nome de stresse de autogestão, pela pressão de gerir comportamentos e emoções, de modo a que coincidam com o papel masculino idealmente percebido.

*Hipótese 3:* Existe uma correlação positiva significativa entre o stresse de autogestão e a violência enquanto vítima e essa correlação é mediada pela vergonha.

Relativamente à população feminina, inicia-se a investigação nesta amostra pela sua posição enquanto vítima. O estudo desenvolvido por Truman-Schram et al. (2000) investigou dois grupos: mulheres que permanecem num relacionamento abusivo (G1) e mulheres que foram capazes de terminar um relacionamento abusivo (G2). Os resultados deste estudo revelaram que ambos os grupos apresentam elevados níveis de stresse do papel de gênero feminino. Contudo, o G1 demonstrou níveis mais elevados de stresse em contextos de relacionamentos sem intimidade e de stresse de agir assertivamente.

Adicionalmente, Efthim et al. (2001) evidenciaram a correlação entre a vergonha e o stresse do papel de gênero feminino. Especificamente, os autores verificaram uma correlação moderada entre o stresse de agir assertivamente e a vergonha e uma fraca correlação entre o stresse de relacionamentos sem intimidade e a vergonha. Assim, considerando as evidências de Efthim et al. (2001) e de Truman-Schram et al. (2000), a hipótese 4, que analisa o impacto do stresse e da vergonha na violência enquanto vítima, concentra-se exclusivamente no stresse de agir assertivamente.

*Hipótese 4:* Existe uma correlação positiva significativa entre o stresse de agir assertivamente e a violência enquanto vítima e essa correlação é mediada pela vergonha.

Por fim, apesar de ainda não haverem evidências conclusivas sobre a vergonha e o stresse do papel de gênero feminino condicionarem a violência enquanto agressora, sabe-se que a socialização de gênero desempenha um papel significativo na construção do autoconceito

(Wood & Eagly, 2010). Assim, a percepção de terceiros sobre a mulher ser menos capaz de causar danos e mais vulnerável pode levar mesma a identificar-se como tal (Hammock et al, 2017; Kalin & Tilby, 1978). Como resultado, o recurso à violência pode ser desvalorizado pela própria e, por sua vez, mais provável de ocorrer (Caridade, 2011; Hammock et al, 2017).

Os autores Efthim et al. (2001) evidenciaram a correlação entre o stresse do papel de género feminino e a externalização da vergonha. Em adição, Paulo et al. (2020) demonstraram que a vergonha pode levar à perpetuação de atos de violência, de forma à mulher restaurar uma imagem favorável no seio relacional. Com base nestas evidências, a hipótese 5 procura compreender se existe uma correlação entre o stresse do papel de género feminino e a violência enquanto agressora, quando a mulher possui sentimentos de vergonha sobre si.

*Hipótese 5:* Existe uma correlação positiva significativa entre o stresse do papel de género feminino e a violência enquanto agressora e essa correlação é mediada pela vergonha.

## **Método**

### **Delineamento e Análise de Dados**

A presente investigação é caracterizada como transversal, uma vez que a recolha de dados decorreu num único momento temporal. Além disso, esta investigação é de natureza correlacional, sendo esta utilizada como base para as análises de mediação (Field, 2013). Os procedimentos estatísticos foram executados através do programa de análise estatística *IBM SPSS Statistics 28* e à extensão do *Process*.

### **Participantes**

Para a seleção da população em estudo foram estabelecidos os seguintes critérios:

- Idade entre os 18 e os 25 anos. A escolha deste período de idades é justificada pelas considerações de Arnett (2000), que identifica este período como a *adultícia emergente* (i.e., transição entre o fim da adolescência e o início da idade adulta). A *adultícia emergente* é a fase crucial de desenvolvimento de identidade, no qual os jovens confrontam-se com transições significativas de vida, como de intimidade, académicas e laborais. No decorrer destas transições, os jovens confrontam-se em maior escala com as normas e expectativas sociais (Arnett, 2000). Embora neste estudo a amostra não seja designada por “adultos emergentes”, considera-se este período de desenvolvimento especialmente relevante para a presente investigação.

- Relacionamento amoroso há pelo menos 6 meses. A inclusão deste critério procura garantir que os jovens tenham vivido uma experiência amorosa temporalmente suficiente, para fornecerem informações consistentes sobre os padrões de violência na relação.
- Residência em Portugal há pelo menos 3 anos. Este critério foi definido pois a socialização de género depende do contexto histórico e sociocultural (Wood & Eagly, 2010). Neste sentido, é importante que os participantes tenham vivido em Portugal por um período de tempo considerado significativo, para que os seus processos emocionais e psicológicos reflitam a socialização de género predominante na cultura portuguesa.

Para o desenvolvimento desta investigação foram recolhidos dados de 300 participantes. No entanto, para efeitos de análise, apenas 147 participantes foram considerados. A exclusão de 153 protocolos justifica-se pelo incumprimento dos critérios de participação e pelo preenchimento incompleto do protocolo. Diversos participantes responderam somente à escala que avalia a vergonha e/ou à escala que avalia o stresse dos papéis de género, o que tornou inviável a inclusão dos seus dados para o objetivo central.

Posto isto, o presente estudo conta com uma amostra válida de 147 participantes, dos quais 109 (74.1%) são do sexo feminino e 38 (25.9%) do sexo masculino. Desta amostra, 107 (72.8%) identificam-se com o género feminino e 40 (27.2%) com o género masculino. Os participantes têm idades compreendidas entre os 18 e os 25 anos, com uma média aproximada de 23 anos ( $DP = 1.59$ ).

Em relação à orientação sexual, 129 (87.8%) identificam-se como heterossexual, um (0.7%) como homossexual, 13 (8.8%) como bissexual, um (0.7%) como assexual e dois (1.4%) com outra orientação sexual, enquanto um participante preferiu não responder. A maioria dos participantes, 145 (98.6%), estão numa relação heterossexual, e apenas dois (1.4%) estão numa relação homossexual. Por outro lado, 144 (98%) estão numa relação monogâmica e três (2%) estão numa relação aberta. Dos 147 participantes, 34 (23.1%) vivem com o(a) parceiro(a).

Os participantes residem em Portugal há pelo menos 3 anos e apenas um participante não tem nacionalidade portuguesa. Quanto ao nível de escolaridade, 42 (28.6%) participantes concluíram o ensino secundário, 75 (51%) têm o ensino superior e 30 (20.4%) completaram o mestrado. Da amostra, 114 (77.6%) residem na zona urbana e 33 (22.4%) residem na zona rural.

## **Procedimento**

Com a finalidade de recolher os dados necessários, foi aplicado um protocolo com a escalas que avaliam as variáveis em estudo. Para a construção deste protocolo foi utilizada a plataforma *Qualtrics*. Por sua vez, o link do mesmo foi divulgado em redes sociais, como *Whatsapp* e *LinkedIn*, e em grupos públicos do *Facebook* e *Instagram*.

Precedente ao acesso do protocolo, cada participante recebeu informações claras sobre os critérios de participação, sobre a duração estimada do questionário (15 a 20 minutos) e sobre os termos de participação voluntária, anónima e confidencial. Foi ainda destacado que os dados recolhidos não seriam analisados individualmente, identificados ou partilhados. Da mesma forma, foi explicado que os dados seriam sujeitos a um procedimento estatístico para um projeto de investigação no âmbito do Mestrado em Psicologia Clínica. Por fim, foi salientada a ausência de riscos previstos associados à participação neste estudo (Anexo A).

Após o consentimento, os participantes responderam a questões sociodemográficas, como o sexo, género, idade, nível de escolaridade, zona de residência, orientação sexual e tipo de relacionamento (Anexo B). De seguida, foram apresentadas as escalas que medem cada variável em estudo. Em primeiro lugar, foi aplicada a *Escala da Vergonha Global (Externa e Interna)* e em segundo, foram aplicadas a escalas de stresse dos papéis de género. Neste caso, importa referir que dependendo do sexo do participante (independentemente da identidade de género), este foi remetido para a *Escala de Stresse do Papel de Género Feminino* (i.e., sexo feminino) ou para a *Escala de Stresse do Papel de Género Masculino* (i.e., sexo masculino). Por fim, os participantes foram submetidos à *Versão Resumida da Escala Multidimensional de Violência no Namoro*, na qual relataram atos de violência enquanto agressor e enquanto vítima.

## **Instrumentos**

Nesta subsecção é descrito cada instrumento associado a cada variável em estudo. Atenta-se que, face à tradução e adaptação destes instrumentos no protocolo, foi utilizado o “@” com o intuito de abranger todos os participantes. Isto é, para incluir participantes que não se identificam como cisgénero e/ou heterossexual, ou, para evitar o uso de linguagem no masculino para definir todos os participantes da amostra (e.g., “*Estou isolad@*”).

### ***Escala da Vergonha Global (Externa e Interna)***

Para operacionalizar a vergonha foi considerada a Escala da Vergonha Global (Externa e Interna), que avalia a propensão para a vergonha (global) por meio de duas subdimensões: vergonha externa e interna (Ferreira et al., 2022; Anexo C). A vergonha externa foca-se na

crença pessoal sobre ser criticado e julgados pelos outros (e.g., “*As outras pessoas vêem-me como alguém que não está à altura dos seus padrões.*”), enquanto que a vergonha interna está relacionada à autoavaliação e atribuição pessoal de sentimentos negativos (e.g., “*Eu julgo e critico-me.*”). Assim sendo, a vergonha é nesta escala avaliada enquanto emoção disfuncional, isto é, com efeitos negativos para o próprio indivíduo. Neste trabalho, irá ser analisada a vergonha de forma global, sem serem destacadas as suas subdimensões: vergonha interna e vergonha externa. Posto isto, a amostra do sexo feminino evidencia uma média de 2.32 de vergonha ( $DP = 0.84$ ) e a amostra do sexo masculino uma média de 2.15 ( $DP = 0.85$ ).

Neste estudo, a medida integra oito itens respondidos numa escala de Likert de 5 pontos (1 = *Nunca me sinto assim* a 5 = *Sinto-me sempre assim*) e a sua consistência interna é congruente com a da validação original ( $\alpha = .89$ ; Ferreira et al., 2022). Esta escala foi validada junto da população portuguesa por Ferreira et al. (2022), porém não foi encontrada a escala traduzida para a língua portuguesa. Como tal, procedeu-se à sua tradução, tendo sido corrigida por um tradutor certificado. Adicionalmente, a introdução desta escala no protocolo referiu-se a: “*As seguintes frases refletem experiências emocionais que são vividas por cada pessoa de forma diferente. Selecciona a resposta com base na frequência com que sentes cada experiência.*” (Anexo C).

### ***Escalas de Stresse dos Papéis de Género***

Para este estudo utilizaram-se duas escalas que medem o stresse dos papéis de género, sendo que cada escala foi aplicada conforme o sexo biológico de cada participante. Ambas as escalas avaliam o nível de stresse, descrevendo eventos que desafiam o cumprimento com os papéis de género. Na presente investigação, ambas as escalas foram traduzidas para a língua portuguesa - corrigida por um tradutor certificado - e, no protocolo, a introdução às mesmas passou por: “*As seguintes questões representam cenários hipotéticos. Imagina encontrares-te em cada cenário e responde de acordo com o teu nível de stresse.*” (Anexo D; Anexo E).

### ***Escala de Stresse do Papel de Género Masculino***

Para operacionalizar o stresse do papel de género masculino foi aplicada a Escala de Stresse do Papel de Género Masculino (Eisler & Skidmore, 1987; Anexo D) composta por 40 itens respondidos numa escala de Likert de 7 pontos (1 = *Nada stressante* a 7 = *Extremamente stressante*).

Esta escala é constituída por 5 subdimensões que representam diferentes contextos: a) stresse de incapacidade física, reflete a sensação de incapacidade em corresponder aos padrões

físicos e de aparência masculina (e.g., “*Sentires que não estás em boas condições físicas.*”); b) stresse de expressividade emocional, reflete situações que requerem expressão de emoções (e.g., “*Dizeres a alguém que te sentes magoad@ pelo que te disse.*”); c) stresse de subordinação à mulher, descreve diferentes contextos em que homem está numa posição de subordinação à mulher (e.g., “*Teres uma mulher como patroa.*”); d) stresse de inferioridade intelectual, envolve situações que colocam à prova as capacidades intelectuais (e.g., “*Falares com uma feminista.*”); e) stresse de falha de desempenho, diz respeito à sensação de falha de desempenho nas áreas laboral e sexual (e.g., “*Estares demasiado cansad@ para ter relações sexuais quando @ parceir@ as solicita.*”).

No presente estudo a escala aplicada demonstra uma consistência interna excelente ( $\alpha = .92$ ; alfa de Cronbach indicado por Kline, 2011;  $M = 2.76$ ,  $DP = 0.77$ ). Considerando as hipóteses 2 e 3, que respetivamente incluem as variáveis compósitas stresse de equidade de género (i.e., stresse de subordinação à mulher e stresse de expressividade emocional) e stresse de autogestão (i.e., stresse de incapacidade física, inferioridade intelectual, falha de desempenho e expressividade emocional), foi também verificada a consistência interna de cada uma destas variáveis. Assim, o stresse de equidade de género demonstra uma consistência interna muito boa ( $\alpha = .84$ ; Kline, 2011;  $M = 1.94$ ,  $DP = 0.78$ ) e o stresse de autogestão evidencia uma consistência interna excelente ( $\alpha = .91$ ; Kline, 2011;  $M = 3.10$ ,  $DP = 0.85$ ).

Em adição, considera-se importante destacar a média das subdimensões do stresse do papel de género masculino dada a sua natureza inovadora no contexto português. Assim, infere-se que a subdimensão de stresse de falha de desempenho é a que reflete, em média, níveis mais elevados de stresse ( $M = 4.79$ ,  $DP = 1.27$ ). Já as subdimensões de stresse de incapacidade física ( $M = 2.73$ ,  $DP = 0.77$ ), de expressividade emocional ( $M = 2.33$ ,  $DP = 1.12$ ), de subordinação à mulher ( $M = 1.63$ ,  $DP = 0.83$ ) e de inferioridade intelectual ( $M = 2.34$ ,  $DP = 0.98$ ) demonstram uma média inferior a 3.5 (i.e., ponto médio da escala).

### ***Escala de Stresse do Papel de Género Feminino***

Para operacionalizar o stresse do papel de género feminino foi aplicada a Escala de Stresse do Papel de Género Feminino (Gillespie & Eisler, 1992; Anexo E) com 39 itens. Cada item foi respondido numa escala de Likert de 7 pontos (1 = *Nada stressante* a 7 = *Extremamente stressante*). Esta escala é composta por 5 subdimensões: a) stresse de relacionamentos sem intimidade, reflete o medo de falhar na construção de relacionamentos íntimos (e.g., “*Estares numa relação íntima sem amor.*”); b) stresse de falta de atratividade física, sendo associada à

posse de atributos físicos que não são socialmente considerados padrões ideais femininos (e.g., “*Seres mais pesad@ do que @parceir@.*”); c) stresse de vitimização, representa contextos em que a mulher é exposta à violência, sentindo-se incapaz de preveni-la (e.g., “*Ouvires um barulho estranho quando estás em casa sozinh@.*”); d) stresse de agir assertivamente, descreve confrontos interpessoais que requerem comportamentos assertivos (e.g., “*Falares com alguém que está zangado contigo.*”); e) stresse de não ser cuidadora, sugere o receio de incapacidade enquanto cuidadora (e.g., “*Haver outra pessoa a educar o teu filho.*”).

Na presente investigação, o alfa de Cronbach corresponde .91, o que, segundo Kline (2011), demonstra uma consistência interna excelente. Ademais, a amostra feminina reporta, em média, 4.85 de stresse ( $DP = 0.84$ ). Com detalhe, as médias de stresse das subdimensões de falta de atratividade física ( $M = 4.16, DP = 1.25$ ), de vitimização ( $M = 5.48, DP = 0.91$ ), de não ser cuidadora ( $M = 5.36, DP = 0.95$ ), de agir assertivamente ( $M = 4.43, DP = 1.21$ ) e de relacionamentos sem intimidade ( $M = 4.90, DP = 1.30$ ) são superiores a 3.5 (i.e., ponto médio da escala).

Considerando a hipótese 4, esta refere-se somente ao stresse de agir assertivamente, pelo que foram selecionados os itens incluídos nesta subdimensão (7 itens) e criada uma variável compósita. Esta apresentou uma consistência interna muito boa ( $\alpha = .82$ ; Kline, 2011).

### ***Versão Resumida da Escala Multidimensional de Violência no Namoro***

Para a operacionalização da violência foi aplicada a Versão Resumida da Escala Multidimensional de Violência no Namoro (García-Carpintero-Muñoz et al., 2022; Anexo F), que se foca na presença e gravidade de diferentes formas de violência nos relacionamentos amorosos dos jovens. Assim, esta escala, com 18 itens, inclui 5 subdimensões que representam diferentes formas de violência: a) cyberbullying (e.g., “*Enviar insistentemente mensagens pelo Whatsapp ou por outra rede social a@parceir@.*”); b) controlo e vigilância (e.g., “*Perguntar onde é que @parceir@ está em “todos os minutos do dia” e/ou o que está a fazer.*”); c) psicoemocional (e.g., “*Falar sobre algo do passado para ferir @parceir@.*”); d) física (e.g., “*Agredir fisicamente @parceir@ de uma forma grave (estalo, murro, etc.).*”); e) sexual (e.g., “*Pressionar para a prática sexual sem preservativo.*”).

Este instrumento mede a violência enquanto agressor e a violência enquanto vítima, pelo que os participantes foram instruídos para responder a duas escalas de Likert de 5 pontos (1 = *Nunca*; 2 = *Às vezes*; 3 = *Ocasionalmente*; 4 = *Repetidamente*; 5 = *Habitualmente*). Assim sendo, a explicação no protocolo que se refere ao instrumento da violência corresponde a:

“Responde de acordo com a frequência das tuas ações e d@ atual parceir@ na relação amorosa. No caso de vári@s parceir@s pensa n@ parceir@ com o qual tens um relacionamento amoroso mais duradouro.”. Posto isto, a primeira escala de resposta refere-se à violência enquanto agressor com a afirmação “Eu fiz isto.” e a segunda refere-se à violência enquanto vítima e é introduzida pela afirmação “@ parceir@ fez isto comigo.” (Anexo F).

Na presente investigação, a consistência interna da escala de violência enquanto agressor correspondeu a um valor de .55, o que indica uma consistência inadequada (Kline, 2011). De modo a possibilitar a análise estatística da violência enquanto agressor, foram excluídos três itens com um valor inferior a .05 na correlação com os restantes itens (“Fazer ofertas ou favores não solicitados @ parceir@.”; “Ferir fisicamente alguém conhecido pel@ parceir@.”; “Pedir por algum tipo de ato sexual que @ parceir@ não quer desempenhar, tais como usar objetos perigosos ou ter sexo indesejado com outra pessoa”).

Não tendo sido suficiente, foram excluídos mais dois itens que possibilitavam o aumento da consistência interna e, ao mesmo tempo, mostravam uma correlação inter-item inferior a .10 (“Frequentar deliberadamente os lugares onde @ parceir@ se encontra habitualmente (casa, trabalho, bares, festas, etc.”); “Não pedir consentimento para a prática de relações sexuais.”). Destaca-se que a exclusão do item “Não pedir consentimento para a prática de relações sexuais.” não causa substancialmente a perda de informação valiosa, uma vez que a subdimensão de violência sexual inclui o item: “Toque de teor sexual sem o consentimento d@ parceir@”, o qual também abrange práticas sexuais.

Como resultado, a escala de violência enquanto agressor evidenciou finalmente uma consistência interna considerada adequada ( $\alpha = .66$ ; Kline, 2011) pois a média das correlações inter-item encontra-se no intervalo entre .15 e .50 (Clark & Watson, 2019). Assim, a subescala de violência enquanto agressor passou a integrar 13 itens para a análise de dados.

Já a escala que avalia a violência enquanto vítima, evidenciou uma consistência interna adequada ( $\alpha = .71$ ; Kline, 2011). Tendo em conta as suas propriedades psicométricas e o facto das escalas da violência (i.e., violência enquanto vítima e violência enquanto agressor) serem trabalhadas separadamente, a análise dos dados da violência enquanto vítima não exclui os itens anteriormente mencionados.

Por fim, considera-se pertinente indicar a média de violência enquanto agressor e enquanto vítima, e os índices das subdimensões da violência. Antecipadamente, informa-se que os casos que apresentam uma média superior, ou igual, a aproximadamente 1.50 (numa escala

de 1 = *Nunca* a 5 = *Habitualmente*) são neste estudo considerados violentos, mesmo sendo esta média reduzida. De outra forma, valores inferiores a aproximadamente 1.50 não são considerados violentos.

No sexo masculino, a média de violência enquanto agressor corresponde a 1.37 ( $DP = 0.28$ ) e enquanto vítima corresponde a 1.58 ( $DP = 0.44$ ). Esta amostra reporta índices de violência enquanto agressor de cyberbullying ( $M = 1.65, DP = 0.55$ ) e de controlo e vigilância ( $M = 1.57, DP = 0.79$ ). Em relação à violência enquanto vítima, denota-se a prevalência de cyberbullying ( $M = 1.87, DP = 0.91$ ), controlo e vigilância ( $M = 1.89, DP = 0.74$ ) e psicoemocional ( $M = 1.73, DP = 0.72$ ).

No sexo feminino, a média de violência enquanto agressora corresponde a 1.45 ( $DP = 0.31$ ) e enquanto vítima corresponde a 1.44 ( $DP = 0.28$ ). Nesta amostra, constata-se que, a violência enquanto agressora de cyberbullying ( $M = 1.95, DP = 0.62$ ) e psicoemocional ( $M = 1.59, DP = 0.55$ ) são, em média, prevalentes (i.e.,  $M \geq 1.50$ ). Já as subdimensões prevalentes de violência enquanto vítima correspondem a cyberbullying ( $M = 1.72, DP = 0.63$ ), controlo e vigilância ( $M = 1.68, DP = 0.52$ ) e psicoemocional ( $M = 1.58, DP = 0.72$ ).

## **Resultados**

### **Análise de Correlação**

Esta secção destina-se a responder às hipóteses colocadas nesta investigação. Assim, a análise das hipóteses 1a (Existe uma correlação positiva significativa entre o stresse do papel de género masculino e a vergonha) e 1b (Existe uma correlação positiva significativa entre o stresse do papel de género feminino e a vergonha) focam-se nas variáveis: vergonha, stresse do papel de género feminino e stresse do papel de género masculino. Neste sentido, são evidenciadas as correlações do stresse, de modo global e subdimensional, com a vergonha, em cada um dos sexos.

Para responder às hipóteses 1a e 1b, foram criadas duas matrizes de correlações que representam cada uma destas hipóteses. Em primeiro lugar, a matriz de correlações da Tabela 1 evidencia a correlação entre o stresse do papel de género masculino e a vergonha, bem como as correlações entre as subdimensões deste stresse e a vergonha.

**Tabela 1**

*Matriz de Correlações: Vergonha, Stresse do Papel de Género Masculino e as suas Subdimensões, no Sexo Masculino (n=38)*

	<b>1</b>	<b>p</b>
<b>1.Vergonha</b>	-	-
<b>2. Stresse do papel de género masculino</b>	n.s	-
Stresse de incapacidade física	n.s	-
Stresse de expressividade emocional	n.s	-
Stresse de subordinação à mulher	n.s	-
Stresse de inferioridade intelectual	.35*	.032
Stresse de falha de desempenho	.37*	.022

*Nota.* \*p-value $\leq$ .05; n.s= não significativo.

Denota-se pela Tabela 1 que, de modo global, o stresse do papel de género masculino e a vergonha não demonstram uma correlação significativa entre si. Logo, na amostra masculina, quando o stresse é considerado de forma global, a hipótese 1a é rejeitada.

Não obstante, é possível apurar pela Tabela 1 que as subdimensões de inferioridade intelectual e de falha de desempenho correlacionam-se de forma moderada, positiva e significativa com a vergonha. Isto significa que, quando os níveis de stresse de falha de desempenho e de inferioridade intelectual aumentam a vergonha também tende a aumentar. Assim, a hipótese 1a é confirmada quando se foca apenas nas subdimensões de stresse de falha de desempenho e de inferioridade intelectual.

Já a matriz de correlações da Tabela 2 refere-se à hipótese 1b e mostra a correlação entre o stresse do papel de género feminino e a vergonha, e as correlações entre as subdimensões deste stresse e a vergonha.

**Tabela 2**

*Matriz de Correlações: Vergonha, Stresse do Papel de Género Feminino e as suas Subdimensões, no Sexo Feminino (n=109)*

	<b>1</b>	<b>p</b>
<b>1. Vergonha</b>	-	-
<b>2. Stresse do papel de género feminino</b>	.33**	<.001
Stresse de falta de atratividade física	.28**	.003
Stresse de vitimização	.22*	.022
Stresse de não ser cuidadora	.21*	.028
Stresse de agir assertivamente	.44**	<.001
Stresse de relacionamentos sem intimidade	n.s	n.s

*Nota.* \*\*p-value <.01; \*p-value ≤.05; n.s= não significativo.

De modo global, o stresse do papel de género feminino e a vergonha estão positiva e significativamente correlacionadas (Tabela 2). Logo, a hipótese 1b é confirmada.

Por acréscimo, o stresse de falta de atratividade física, stresse de vitimização e stresse de não de ser cuidadora correlacionam-se de forma positiva e fraca, mas significativa, com a vergonha. Já o stresse de agir assertivamente evidencia uma correlação moderada, positiva e significativa com a vergonha (Tabela 2). Assim, quando os níveis de stresse de falta de atratividade física, de vitimização, de não ser cuidadora e de agir assertivamente aumentam a vergonha também tende a aumentar. Em contraste, o stresse de relacionamentos sem intimidade e a vergonha não estão significativamente correlacionadas.

### **Análise da Violência**

Como complemento à análise de resultados e à investigação nesta área, considerou-se relevante compreender a prevalência de violência unidirecional e mútua na amostra global, ou seja, sem a distinção entre o sexo masculino e feminino. Neste caso, a ausência de distinção da amostra permite representar um panorama geral da violência reportada neste estudo. Em primeiro lugar, procedeu-se à correlação entre as variáveis da violência enquanto agressor e da

violência enquanto vítima. Em segundo lugar, foi efetuada uma análise de frequências, para detetar, com maior detalhe, a frequência de violência unidirecional e mútua.

Posto isto, evidenciou-se que a violência enquanto agressor e a violência enquanto vítima estão correlacionadas entre si ( $r = .56, p < .001$ ), o que significa a tendência para quem reporta violência enquanto agressor reportar também violência enquanto vítima. Ademais, descobriu-se que, dos 147 participantes válidos, 72 (48.98%) participantes não reportam violência enquanto vítima nem enquanto agressor, e, 75 (51.02%) participantes reportam violência no geral. Destes 75 participantes, 13 (17.33%) reportam apenas violência enquanto agressor e 20 (26.67%) reportam apenas violência enquanto vítima. Já 42 (56%) participantes relatam violência mútua (i.e., violência enquanto vítima e enquanto agressor), o que corresponde a mais de metade da amostra que refere violência no relacionamento.

De seguida, para responder à hipótese 2 (Existe uma correlação positiva significativa entre o stresse de equidade de género e a violência enquanto agressor e essa correlação é mediada pela vergonha), considera-se o stresse de equidade de género como variável independente, a violência enquanto agressor como variável dependente e a vergonha como variável mediadora. Como anteriormente mencionado, o stresse de equidade de género é uma variável compósita que integra as subdimensões stresse de expressividade emocional e stresse de subordinação à mulher.

Neste seguimento, observou-se que a correlação entre o stresse de equidade de género e a vergonha não é significativa. De igual modo, a vergonha e a violência enquanto agressor também não estão significativamente correlacionadas. Como não há correlação entre estas variáveis, foi analisada a correlação entre a vergonha e as subdimensões da violência enquanto agressor (i.e., cyberbullying, controlo e vigilância, psicoemocional, física e sexual). Nesta análise, verificou-se que a vergonha não está correlacionada a nenhuma destas subdimensões. Por este motivo, não foi possível proceder à análise de mediação. Logo, a hipótese 2 não é confirmada.

Ainda assim, pela Tabela 3, é possível inferir uma correlação positiva, fraca e significativa entre o stresse de equidade de género e a violência enquanto agressor. Em específico, o stresse de equidade de género demonstra uma correlação positiva, moderada e significativa com as subdimensões psicoemocional e física, e, uma correlação positiva, fraca e significativa com a sexual. Como tal, quando os níveis de stresse de equidade de género

aumentam, a frequência e intensidade de atos de violência psicoemocional, física e sexual enquanto agressor também tendem a aumentar.

### Tabela 3

*Matriz de Correlações: Stresse de Equidade de Género, Violência Enquanto Agressor e as suas Subdimensões, no Sexo Masculino (n=38)*

	<b>1.</b>	<b><i>p</i></b>
<b>1.</b> Stresse de equidade de género	-	-
<b>2.</b> Violência enquanto agressor	.34*	.034
Cyberbullying	n.s	-
Controlo e vigilância	n.s	-
Psicoemocional	.39*	.017
Física	.40*	.013
Sexual	.33*	.046

*Nota.* \* $p$ -value $\leq$ .05; n.s = não significativo.

Por fim, sobre as subdimensões isoladas que integram o stresse de equidade de género, destaca-se que somente o stresse de subordinação à mulher correlaciona-se com os atos de violência psicoemocional ( $r = .39, p = .017$ ) e física ( $r = .39, p = .017$ ). Ademais, nenhuma das duas subdimensões isoladas correlaciona-se à violência sexual.

Após compreender a violência enquanto agressor no sexo masculino, a hipótese 3 foca-se na violência enquanto vítima. Para responder à hipótese 3 (Existe uma correlação positiva significativa entre o stresse de autogestão e a violência enquanto vítima e essa correlação é mediada pela vergonha), relembra-se que o stresse de autogestão é uma variável composta que integra as seguintes subdimensões: stresse de inferioridade intelectual, stresse de falha de desempenho, stresse de incapacidade física e stresse de expressividade emocional.

O stresse de autogestão correlaciona-se de forma moderada, positiva e significativa com a vergonha ( $r = .35, p = .032$ ). Já a vergonha e a violência enquanto vítima não estão significativamente correlacionadas. Por esta razão, foi analisada a correlação da vergonha com cada subdimensão da violência enquanto vítima (i.e., cyberbullying, controlo e vigilância, violência psicoemocional, física e sexual). Com isto, concluiu-se que a vergonha não está

correlacionada com a violência enquanto vítima, nem com nenhuma das suas subdimensões. Assim, a hipótese 3 não é de qualquer forma confirmada.

Em adição, ao analisar a correlação entre o stresse de autogestão e a violência enquanto vítima, sem considerar a vergonha, foi também perceptível que estas variáveis não estão significativamente correlacionadas. Da mesma forma, as subdimensões isoladas do stresse de autogestão não se correlacionam com a violência enquanto vítima.

Redirecionando a análise estatística para a amostra feminina, a hipótese 4 foca-se na violência enquanto vítima (Existe uma correlação positiva significativa entre o stresse de agir assertivamente e a violência enquanto vítima e essa correlação é mediada pela vergonha). Neste caso, verificou-se que a vergonha e a violência enquanto vítima estão positiva e significativamente correlacionadas ( $r = .30, p = .002$ ). Contudo, para analisar com maior detalhe esta correlação, foi construída uma matriz de correlações que evidencia as correlações entre a vergonha e as subdimensões da violência enquanto vítima (Tabela 4).

**Tabela 4**

*Matriz de Correlações: Vergonha, Violência Enquanto Vítima e as suas Subdimensões, no Sexo Feminino (n=109)*

	<b>1.</b>	<b>p</b>
<b>1.Vergonha</b>	-	-
<b>2.Violência enquanto vítima</b>	.30**	.002
Cyberbullying	.24*	.011
Controlo e vigilância	n.s	-
Psicoemocional	.20*	.037
Física	.22*	.019
Sexual	n.s	-

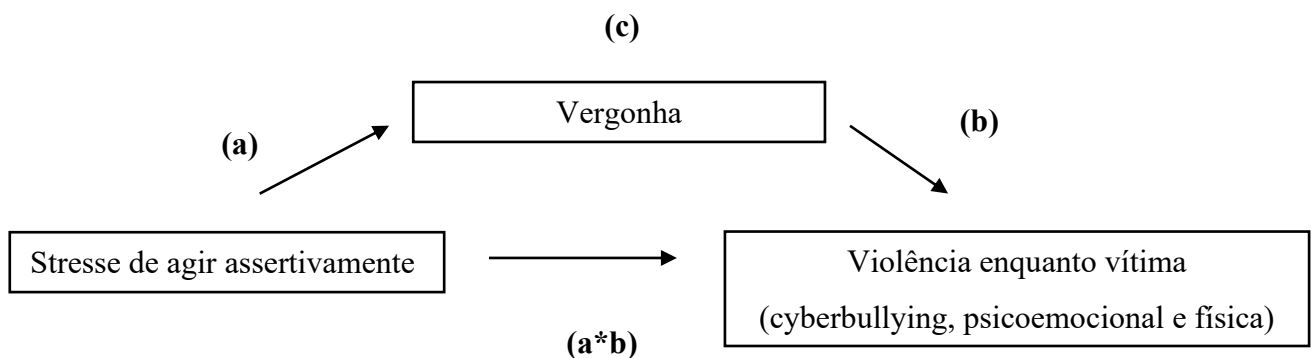
*Nota: \*\*p-value <.01; \*p-value ≤.05; n.s= não significativo.*

Através da Tabela 4, verifica-se que a vergonha não se correlaciona com a violência sexual e de controlo e vigilância. Por outro lado, esta correlaciona-se de forma positiva, fraca e significativa com cyberbullying, psicoemocional e física. Por este motivo, foi criada uma variável compósita que integra estas subdimensões (i.e., cyberbullying, psicoemocional e física). Como esta variável compósita demonstra um alfa de Cronbach considerado adequado

( $\alpha = .68$ ; Kline, 2011;  $M = 1.50$ ,  $DP = 0.44$ ), esta começou a ser considerada a variável dependente do modelo de mediação proposto (Figura 1).

### Figura 1

*Modelo de Mediação: Stresse de Agir Assertivamente e Violência Enquanto Vítima (Cyberbullying, Psicoemocional e Física), através da Vergonha*



Em relação à análise deste modelo de mediação, observa-se pela Tabela 5 que o stresse de agir assertivamente causa um efeito positivo significativo na vergonha, sendo que este explica, aproximadamente, 19.2% da variância da vergonha. A mesma tabela evidencia um efeito positivo significativo da vergonha na violência enquanto vítima (cyberbullying, psicoemocional e física; (b)). A relação entre o stresse de agir assertivamente e a violência enquanto vítima, quando mediada pela vergonha, é também significativa (efeito total c). Através do efeito indireto (a\*b), conclui-se que este modelo de mediação é estatisticamente adequado, pois o intervalo de confiança de 95% não inclui o valor 0 (Hayes, 2022; Tabela 5). Como tal, quando focada na violência enquanto vítima (cyberbullying, psicoemocional e física), a hipótese 4 é confirmada.

**Tabela 5**

*Efeito Total, Direito e Indireto do Stresse de Agir Assertivamente na Violência Enquanto Vítima (Cyberbullying, Psicoemocional e Física), através da Vergonha (n=109)*

	<b>Coeff</b>	<b>SE</b>	<b>t</b>	<b>p</b>	<b>LLCI</b>	<b>ULCI</b>
<b>Stresse de agir assertivamente</b> ►						
Vergonha <b>(a)</b>	0.30	0.06	5.05	<.001**	0.18	0.42
Vergonha ► Violência enquanto						
vítima <b>(b)</b>	0.13	0.05	2.41	.018*	0.02	0.24
Efeito total <b>(c)</b>	0.07	0.04	2.14	.035*	0.01	0.14
Efeito direto <b>(c')</b>	0.03	0.04	0.90	.368	-0.04	0.11
					Boo 95%	Boo 95%
	Effect	BooSE			LLCI	ULCI
Efeito indireto <b>(a*b)</b>	0.04	0.02			0.01	0.08
$R^2 = 4.1\%$						

*Nota.* \*\*p-value <.01; \*p-value ≤.05; Coeff= Coeficiente; SE= Desvio-Padrão; LLCI= Limite Inferior do Intervalo de Confiança a 95%; ULCI= Limite Superior do Intervalo de Confiança a 95%, Boo= Resultados Bootstrapping.

Relativamente ao efeito direto (c') - efeito do stresse de agir assertivamente na violência enquanto vítima (cyberbullying, psicoemocional e física) quando a vergonha não é considerada – este não é estatisticamente significativo (Tabela 5). Assim sendo, a mediação da vergonha corresponde a uma mediação completa, isto é, a vergonha explica na totalidade a relação entre o stresse de agir assertivamente e a violência enquanto vítima (cyberbullying, psicoemocional e física).

Por fim, para responder à hipótese 5 (Existe uma correlação positiva significativa entre o stresse do papel de género feminino e a violência enquanto agressora e essa correlação é mediada pela vergonha), foi analisada em primeiro lugar a correlação entre o stresse do papel de género feminino e a violência enquanto agressora. Decorrente desta análise, inferiu-se que o stresse do papel de género feminino não se correlaciona significativamente com a violência enquanto agressora. Por esta razão, foram efetuadas correlações entre as subdimensões do

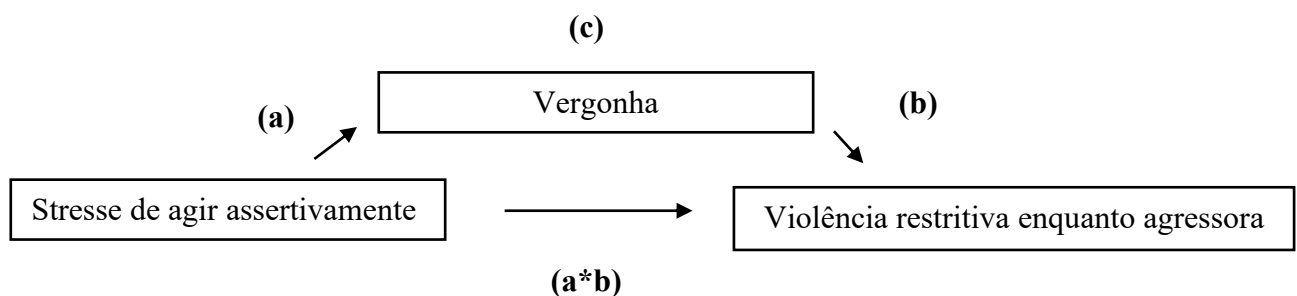
stresse e as subdimensões da violência. Neste caso, verificou-se que o stresse de agir assertivamente correlaciona-se com a violência enquanto agressora de cyberbullying ( $r = .35$ ,  $p < .001$ ), controlo e vigilância ( $r = .19$ ,  $p = .044$ ) e física ( $r = .23$ ,  $p = .018$ ). Além disso, o stresse de não ser cuidadora demonstra uma correlação positiva, fraca e significativa com a física ( $r = .19$ ,  $p = .049$ ).

Em adição, a vergonha está apenas correlacionada de forma positiva, fraca, e significativa com as subdimensões de cyberbullying ( $r = .30$ ,  $p = .002$ ) e de controlo e vigilância ( $r = .28$ ,  $p = .003$ ), sendo que não está correlacionada com a violência enquanto agressora quando engloba todas as suas subdimensões.

Como a vergonha e o stresse de agir assertivamente estão ambos correlacionados com cyberbullying e controlo e vigilância, foi criada uma variável compósita que integra estas duas subdimensões. Esta variável compósita designa-se por violência restritiva enquanto agressora, pois ambas as subdimensões integram a restrição e controlo da atividade diária do(a) parceiro(a) (García-Carpintero-Muñoz et al., 2022). A violência restritiva enquanto agressora tem uma consistência interna considerada adequada ( $\alpha = .76$ ; Kline, 2011;  $M = 1.72$ ,  $DP = 0.76$ ). Assim, a violência restritiva enquanto agressora é a variável dependente do modelo de mediação proposto na hipótese 5 (Figura 2).

## Figura 2

*Modelo de Mediação: Stresse de Agir Assertivamente e Violência Restritiva Enquanto Agressora, através da Vergonha*



Tal como observado na análise da hipótese 4, o stresse de agir assertivamente causa um efeito positivo e significativo na vergonha. Através da Tabela 6, denota-se que a vergonha causa um efeito positivo significativo na violência restritiva enquanto agressora (b). Na mesma tabela, o efeito total (c) indica um efeito significativo do stresse de agir assertivamente na violência restritiva enquanto agressora, quando mediado pela vergonha. O efeito indireto (a\*b) demonstra

que este modelo de mediação é estatisticamente adequado, dado que o intervalo de confiança de 95% não inclui o valor 0 (Hayes, 2022). Desta forma, a hipótese 5 é confirmada.

**Tabela 6**

*Efeito Total, Direito e Indireto de Stresse de Agir Assertivamente na Violência Restritiva*

*Enquanto Agressora, através da Vergonha (n=109)*

	<b>Coeff</b>	<b>SE</b>	<b>t</b>	<b>p</b>	<b>LLCI</b>	<b>ULCI</b>
<b>Stresse de agir assertivamente →</b>						
Vergonha <b>(a)</b>	0.30	0.06	5.05	<.001**	0.18	0.42
Vergonha → Violência Restritiva <b>(b)</b>	0.13	0.06	2.28	.024*	0.02	0.23
Efeito total <b>(c)</b>	0.11	0.04	3.15	.002**	0.04	0.18
Efeito direto <b>(c')</b>	0.07	0.04	1.89	.062	-0.00	0.15
					Boo 95% LLCI	Boo 95% ULCI
	Effect	BooSE				
Efeito indireto <b>(a*b)</b>	0.04	0.02			0.01	0.07

$R^2 = 8.5\%$

*Nota.* \*\*p-value <.01; \*p-value ≤.05; Coeff= Coeficiente; SE= Desvio-Padrão; LLCI= Limite Inferior do intervalo de confiança a 95%; ULCI= Limite Superior do intervalo de confiança a 95%, Boo= Resultados Bootstrapping.

Quanto ao efeito do stresse de agir assertivamente nesta violência sem a mediação da vergonha, evidencia-se que este não é estatisticamente significativo (Tabela 6). Logo, não é verificado o efeito direto (c') da relação entre estas duas variáveis. Posto isto, infere-se que a vergonha medeia por completo a relação entre o stresse de agir assertivamente e a violência restritiva enquanto agressora.

## Discussão de Resultados

Na presente secção são previamente discutidos os resultados que se referem à amostra masculina. Esta discussão é introduzida pelos resultados da hipótese 1a que se concentram nas subdimensões isoladas do stresse de equidade de género (i.e., stresse de subordinação à mulher e de expressividade emocional) e as suas correlações com a vergonha. Por conseguinte, é discutida a correlação entre o stresse de equidade de género e a violência enquanto agressor. Em continuação, ainda sobre o sexo masculino, são referidos os restantes resultados da hipótese 1a, sobre o stresse de inferioridade intelectual e de falha de desempenho e as suas correlações com a vergonha. Por sua vez, salienta-se os resultados que integram o stresse de autogestão e a violência enquanto vítima.

Após as conclusões sobre a amostra masculina, é introduzida a discussão centrada na amostra feminina, analisando, em primeiro lugar, os níveis de stresse e a sua correlação com a vergonha. Em segundo lugar, é destacada a mediação da vergonha na relação entre o stresse de agir assertivamente e a violência enquanto vítima, e enquanto agressora. Por fim, reflete-se sobre a incidência das formas de violência e da violência mútua na amostra global.

### Amostra Masculina

Conforme previsto por estudos anteriores (Swartout et al., 2015), os valores de stresse do papel de género masculino obtidos nesta investigação mostram mudanças transgeracionais, em comparação com o período em que este constructo foi primeiramente avaliado (Eisler & Skidmore, 1987). Não obstante, as diferenças culturais subjacentes também podem ter tido influência nestes valores, uma vez que as investigações neste âmbito ainda não tinham decorrido no contexto português.

Na amostra masculina, os níveis globais de stresse são inferiores ao ponto médio da escala (i.e.,  $M < 3.5$ ). Especificamente, denotam-se que os níveis de stresse do papel de género masculino diminuíram em aspetos que eram proeminentes no passado, tais como no stresse de subordinação à mulher e de expressividade emocional (Eisler & Skidmore, 1987). Tradicionalmente, os homens sentiam pressão para cumprir com expectativas rígidas, como serem emocionalmente inexpressivos, mais bem-sucedidos que o feminino e principais provedores financeiros no seio da relação conjugal (Eisler & Skidmore, 1987). Em contraste, o presente estudo evidencia valores inferiores de stresse de expressividade emocional e, especialmente, de subordinação à mulher.

Em relação aos baixos níveis de stresse de subordinação à mulher, estes resultados corroboram com o estudo desenvolvido por Swartout et al. (2015), que concluiu que este contexto é stressante para a minoria dos homens. Considerando os itens que integram este contexto - exercer tarefas domésticas, ter uma mulher como patroa, ou estar numa relação amorosa com alguém mais sucedido - esta minoria de homens está possivelmente mais alinhada com uma ideologia de dominação masculina (Efthim et al., 2001). Por este motivo, os dados da presente investigação parecem significar que a amostra, em média, não está alinhada com esta ideologia.

Em conformidade com estas descobertas, as autoras Camilo e Minas (2023) destacaram uma maior disposição masculina para a equidade de género – maior vontade de exercer tarefas domésticas e de cuidados à família. No entanto, é importante destacar que, tal como as autoras descobriram, continua a existir uma clara diferença entre a disposição para a equidade de género e as práticas diárias. As mulheres são as principais responsáveis pelas tarefas domésticas e de cuidados à família, o que significa que os papéis de género continuam a influenciar as ações quotidianas (Camilo & Minas, 2023). Assim sendo, apesar dos resultados da presente amostra remeterem para valores menos patriarcais, estes podem não significar que existe uma prática efetiva de equidade de género.

Relativamente à subdimensão de expressividade emocional, os seus baixos níveis de stresse indicam que, cenários como expressar medo ou tristeza, chorar, lidar com emoções e receber afeto são, em média, pouco stressantes para a amostra masculina (Eisler & Skidmore, 1987). Estes resultados foram surpreendentes, pois, segundo a literatura, embora os homens sintam um maior desejo para expressar emoções, o receio em expor emoções e vulnerabilidades continua a persistir (McQueen, 2017). Por outro lado, o estudo de Camilo e Minas (2023) evidenciou que os níveis de apoio emocional em relações amorosas são semelhantes entre homens e mulheres. Esta evidência é particularmente interessante para o presente estudo, uma vez que a amostra integra apenas participantes que estão em relacionamentos amorosos. Assim, coloca-se em hipótese que as relações amorosas desempenham uma função significativa na redução do stresse de expressividade emocional.

Quanto às correlações do stresse de subordinação à mulher e do stresse de expressividade emocional com a vergonha, estas mostraram ser inexistentes, o que indica que, em média, estas subdimensões não provocam impacto na experiência mais intensa e frequente da vergonha. Neste sentido, conclui-se que a menor importância atribuída às contingências de dominação masculina e inexpressividade emocional parece contribuir para que estas não

influenciem sentimentos de autocrítica e desvalorização social. Logo, quando a hipótese 1a (Existe uma correlação positiva significativa entre o stresse do papel de género masculino e a vergonha) se foca em cada uma destas subdimensões, a mesma não é confirmada.

Na sequência destes resultados, destaca-se a hipótese 2 (Existe uma correlação positiva significativa entre o stresse de equidade de género (i.e., stresse de subordinação à mulher e de expressividade emocional) e a violência enquanto agressor e essa correlação é mediada pela vergonha). A análise desta hipótese não foi possível devido a duas razões: O stresse de equidade de género e a vergonha, bem como a vergonha e a violência enquanto agressor, não estão correlacionados entre si.

No entanto, as análises estatísticas mostraram uma correlação positiva significativa entre o stresse de equidade de género e a violência enquanto agressor, especificamente com as subdimensões psicoemocional, física e sexual. Esta evidência corrobora a literatura existente que defende que o stresse, proveniente de uma perspectiva mais patriarcal, contribui para a perpetuação de violência (e.g., Gallagher & Parrott, 2011; Merino et al., 2021). Estes resultados revestem-se de particular importância, uma vez que, de acordo com Gallagher e Parrott (2011), os valores patriarcais de género só preveem a violência quando estão associados a níveis de stresse.

Quanto às restantes subdimensões do stresse do papel de género masculino, denota-se que a subdimensão de falha de desempenho (laboral e sexual) ultrapassa o ponto médio da escala de stresse. Esta evidência sugere que o sucesso no desempenho é ainda uma característica fundamental na representação social masculina. Em específico sobre o contexto sexual, as crenças tradicionais, que retratavam os homens como dominantes e responsáveis por iniciar e controlar a atividade sexual, continuam a exercer pressão sobre as suas competências sexuais, o que pode justificar os maiores níveis de stresse reportados pela amostra (Clarke et al., 2015). Paralelamente, no contexto laboral, as expectativas de que os homens devem ser “provedores de recursos”, ambiciosos e competitivos podem também criar uma pressão considerável para o sucesso no trabalho, tal como também evidenciado pelos níveis de stresse reportados neste estudo (Bem, 1974; Eagly & Steffen, 1984).

Posto isto, considerando a importância destas atividades (sexual e laboral) na identidade masculina, sentir-se incapaz de atingir estas metas leva a sentimentos de inferioridade e desvalorização (Copenhaver & Eisler, 1996; Efthim et al., 2001). A reforçar os restantes resultados da hipótese 1a, os dados mostram que, quanto maior é o stresse de falha de

desempenho maior tende a ser a experiência de vergonha. Desta forma, quando a hipótese 1a se foca apenas na subdimensão de stresse de falha de desempenho, a mesma é confirmada.

De outra forma, a subdimensão de inferioridade intelectual provoca, em média, baixos níveis de stresse na amostra. Desde a infância que a socialização masculina enfatiza as capacidades intelectuais, o que pode promover uma maior confiança nestas mesmas capacidades (Bian et al., 2017). Por este motivo, é possível que os cenários que integram esta subdimensão não sejam, em média, suficientemente ameaçadores às capacidades da amostra. Ainda assim, como evidenciado nos restantes resultados da hipótese 1a, o stresse de inferioridade intelectual está correlacionado com a vergonha. Neste sentido, é possível afirmar que a hipótese 1a é também confirmada quando focada na subdimensão de stresse de inferioridade intelectual.

No seguimento destes resultados, ressalta-se a hipótese 3 que se foca no stresse de autogestão e na violência enquanto vítima (Existe uma correlação positiva significativa entre o stresse de autogestão e a violência enquanto vítima e essa correlação é mediada pela vergonha). Relembra-se que o stresse de autogestão inclui as subdimensões de stresse de inferioridade intelectual, falha de desempenho, expressividade emocional e incapacidade física. De acordo com os resultados obtidos, o stresse de autogestão está correlacionado com a vergonha. No entanto, a vergonha e a violência enquanto vítima não estão correlacionadas entre si. Assim, como a vergonha não influencia a violência enquanto vítima, não foi possível efetuar a análise de mediação da hipótese 3.

Neste sentido, optou-se por analisar a possível correlação entre o stresse de autogestão e a violência enquanto vítima, sem considerar a mediação da vergonha. Surpreendentemente, os resultados revelaram que o stresse de autogestão não está correlacionado com a violência enquanto vítima, sugerindo que este stresse não influencia comportamentos de submissão em relações abusivas. Esta evidência contrasta de certa forma o estudo de Machado et al. (2016), que indica que as expectativas de género provocam no homem uma maior relutância para este pedir ajuda quando é vítima de violência. Assim, sugere-se a necessidade de continuar a investigar sobre variáveis relacionadas com o sistema de género e que possam estar implicadas na vitimização masculina.

### **Amostra Feminina**

A amostra feminina, em média, sente stresse em todas as dimensões de stresse do papel de género feminino: stresse de relacionamentos sem intimidade, de vitimização, de falta de

atratividade física, de agir assertivamente e de não ser cuidadora. Estes resultados são consistentes com o estudo de Richmond et al. (2015), que destaca que sentir stresse é comum tanto nas mulheres que aderem aos papéis de género como naquelas que procuram não o fazer. Por esta razão, conforme discutido na literatura, os níveis de stresse do papel de género feminino não devem ser justificados por valores individuais, mas especialmente por fatores sociais e contextuais que afetam a maioria das mulheres (Harrington et al., 2022; Richmond et al., 2015).

Posto isto, apesar da crescente movimentação feminista (Macedo & Pereira, 2015; Prata, 2021), as normas sociais e culturais, que prescrevem as mulheres como cuidadoras, passivas, submissas e mais vulneráveis, continuam a exercer influência sobre as suas respostas cognitivas e emocionais. Especificamente, os dados do presente estudo sugerem que o papel de género feminino continua a afetar as capacidades para agir de forma assertiva, de autopromoção e proteção contra ameaças. Da mesma forma, contribui para o stresse relacionado com os padrões de beleza socialmente ideais, com o papel de cuidadora e com estar num relacionamento romântico ou puramente sexual com pouca ou nenhuma intimidade (Gillespie & Eisler, 1992).

Como observado nos resultados da hipótese 1b focada na amostra feminina (Existe uma correlação positiva significativa entre o stresse do papel de género feminino e a vergonha), todas as subdimensões de stresse do papel de género feminino, com exceção de relacionamentos sem intimidade, estão correlacionadas com a vergonha. De forma semelhante, o estudo de Efthim et al. (2001) destaca que, apesar de elevados níveis de stresse de relacionamentos sem intimidade, esta subdimensão tem pouca influência na vergonha. No presente estudo, a ausência de correlação pode dever-se à faixa etária da amostra, tal como argumentado no estudo de Efthim et al. (2001). Isto é, dentro da faixa etária considerada, talvez os relacionamentos sem intimidade não sejam suficientemente relevantes para o autoconceito, ao ponto de não contribuírem para sentimentos de vergonha. Além disso, é importante considerar que os movimentos feministas promovem cada vez mais uma perspetiva assente na independência emocional, o que também pode justificar a ausência de correlação entre esta subdimensão de stresse e a vergonha (Richmond et al., 2015).

Por outro lado, a correlação estatisticamente mais forte é a correlação entre o stresse de agir assertivamente e a vergonha. Os contextos que desencadeiam este tipo de stresse envolvem interagir com um ambiente que favorece a assertividade e autoafirmação, requerendo atos contrários à passividade e aquiescência (Gillespie & Eisler, 1992). Assim, denota-se que a

dificuldade do sexo feminino de se impor e reafirmar-se está associada a uma sensação mais intensa e frequente de vergonha.

No seguimento destes resultados, destaca-se a hipótese 4 (Existe uma correlação positiva significativa entre o stresse de agir assertivamente e a violência enquanto vítima e essa correlação é mediada pela vergonha). Os resultados referentes a esta hipótese mostraram que o stresse de agir assertivamente não tem um efeito direto na violência enquanto vítima (cyberbullying, psicoemocional e física). Porém, a vergonha emerge como um elemento crucial nesta interação. Assim, quando as mulheres sentem vergonha, o stresse de agir assertivamente tem efeito na violência enquanto vítima. Como tal, a hipótese 4 é confirmada.

Ainda nesta linha, é importante ressaltar que tanto o stresse de agir assertivamente como a vergonha promovem dificuldades na resolução de conflitos interpessoais, criando obstáculos para a mulher recorrer a estratégias adaptativas (Gillespie & Eisler, 1992; Tangney, 1999). Esta dificuldade pode traduzir-se em comportamentos de submissão a atos abusivos, possivelmente para evitar conflitos e manter o relacionamento amoroso harmonioso (Truman-Schram et al., 2000).

Em contrapartida, a experiência de vergonha na amostra feminina está também correlacionada com a violência enquanto agressora, especificamente com as subdimensões de cyberbullying e de controlo e vigilância. Para responder à hipótese 5 (Existe uma correlação positiva significativa entre o stresse do papel de género feminino e a violência enquanto agressora e essa correlação é mediada pela vergonha) foi considerada como variável dependente a violência restritiva enquanto agressora (i.e., cyberbullying e controlo e vigilância). Os resultados obtidos indicaram um modelo de mediação total significativo. Logo, a vergonha medeia totalmente a correlação entre o stresse de agir assertivamente e a violência restritiva enquanto agressora, sendo a hipótese 5 confirmada.

Com base nestas últimas evidências, torna-se claro que as dificuldades de autoafirmação e sentimentos de vergonha podem levar a uma maior perpetuação de comportamentos de controlo e cyberbullying. Conforme salientado por García-Carpintero-Muñoz et al. (2022), estes comportamentos referem-se ao controlo da atividade diária do(a) parceiro(a), sendo que estes podem ser desencadeados pela perceção de ameaças da vida pessoal do(a) mesmo(a). À semelhança dos resultados da hipótese 5, o stress de agir assertivamente e a vergonha podem reforçar esta perceção, revelando inseguranças e necessidade pessoais da mulher que não são devidamente atendidas ou reafirmadas. Posto isto, sugere-se que as

mulheres podem recorrer a estas formas de violência como meio de resposta às suas necessidades, e, para restaurar o valor pessoal. No entanto, estas conclusões são apenas suposições que requerem mais investigação.

### **Índices de Violência da Amostra (Global)**

Para finalizar, tenciona-se discutir os índices das diferentes subdimensões de violência, sendo que apesar de possuírem valores médios baixos será interessante aludir aos mesmos. O presente estudo evidenciou o cyberbullying e o controlo e vigilância como os atos de violência mais perpetuados por ambos os sexos, o que contrasta as evidências literárias que indicam que as mulheres são as principais responsáveis por estes atos (Reed et al., 2017). Adicionalmente, a violência psicoemocional é reportada pela amostra masculina enquanto vítima, e, reportada pela amostra feminina enquanto vítima e enquanto agressora. Já as formas de violência consideradas diretamente mais graves, como a sexual e a física, são aproximadamente nulas no presente estudo (Caridade, 2011).

Assim sendo, numa amostra aleatória de jovens (i.e., sem critério de histórico de violência grave), refere-se a maior incidência de atos subtis, sendo que estes são frequentemente descredibilizados (Caridade, 2011; Perles et al., 2019). De acordo com a literatura, estes atos mais subtis são frequentemente justificados como “provas de amor”, tornando-os elementos habituais nas relações amorosas dos jovens (Fiol et al., 2019). É importante notar que, em específico, a violência psicoemocional é sistematicamente usada como estratégia de resolução de conflitos (Perles et al., 2019). Por este motivo, acredita-se na pertinência de abordar e compreender de forma mais aprofundada as dinâmicas subtis que ocorrem entre os jovens.

Relativamente à violência mútua, este estudo veio demonstrar que mais de metade da amostra que reporta violência, relata violência mútua. Esta evidência ratifica a literatura que indica que este tipo de violência é o mais frequente nas relações amorosas em Portugal (Capinha et al. 2022; Machado et al., 2019). Desta forma, embora as formas e motivações violentas possam diferir conforme os papéis de género e a vergonha - como visto no presente estudo - em muitos casos, um parceiro não é apenas agressor e o outro não é apenas vítima.

### **Limitações**

A presente investigação apresenta algumas limitações que devem ser consideradas. Uma destas limitações prende-se, desde logo, à pequena dimensão da amostra, especialmente do sexo masculino. Esta limitação reforçou a dificuldade de identificar diferentes experiências e vulnerabilidades e a generalização das conclusões no contexto português. Por este motivo, foi

necessária cautela na interpretação dos dados, procurando não remeter à generalização dos mesmos.

Especificamente sobre a violência, uma amostra mais ampla e diversificada permitiria que os índices obtidos fossem mais representativos, e, possivelmente mais elevados do que os dados deste estudo. Investigações anteriores, como o estudo de Capinha et al. (2022), identificaram elevados índices de violência no contexto português. Como tal, a diferenciação de resultados entre o estudo de Capinha et al. (2022) e o presente estudo, poderá efetivamente dever-se à dimensão e diversidade amostral.

Além disso, a falta de diversidade impossibilitou o procedimento de análises apenas focadas na comunidade LGBTQIA+. Os participantes desta comunidade não foram excluídos das análises estatísticas, partindo do pressuposto de que a educação binária de género pode ser inerente a todos os grupos da sociedade (Kowalski & Scheitle, 2020). Contudo, é crucial reconhecer que esta minoria enfrenta desafios sobre os papéis de género específicos e diferentes dos enfrentados pela maioria da amostra, sendo esta cisgénero e heterossexual (Kowalski & Scheitle, 2020). Como resultado, a análise e interpretação dos dados deste trabalho são pouco representativas desta minoria (integrada na amostra), já que o foco principal permaneceu na maioria dos participantes.

Por último, o estudo analisou o impacto do stresse dos papéis de género e da vergonha na violência, sem distinguir os cenários de violência unidirecional e mútua. Esta limitação deveu-se ao tamanho reduzido da amostra, o que impossibilitou análises de mediação específicas para cada cenário. Na interpretação dos dados assumiu-se que o stresse e a vergonha desempenham funções semelhantes nestes diferentes cenários de violência. No entanto, é importante notar que as variáveis em estudo (e as subdimensões) podem ter diferentes impactos nestes dois cenários, e essa possibilidade não pôde ser analisada. Por consequência, a falta de distinção entre estes cenários pode ter limitado e prejudicado a interpretação fidedigna e generalizada das dinâmicas relacionais.

## **Estudos Futuros**

O presente estudo destaca a mutabilidade e imutabilidade dos níveis de stresse derivados das normas de género, em comparação com os resultados do final do século XX (Eisler & Skidmore, 1987; Gillespie & Eisler, 1992). No entanto, é essencial ressaltar sugestões futuras para a revisão dos instrumentos que avaliam o stresse dos papéis de género:

Por um lado, as subdimensões de stresse do papel de género feminino podem não ser suficientemente abrangentes para compreender as normas de género atuais. Embora a amostra feminina tenha reportado stresse em todas as subdimensões, existem outras áreas relacionadas com género que também merecem a devida atenção. Por exemplo, van Well et al. (2005) aplicaram a Escala de Stresse do Papel de Género Masculino em ambos os sexos, e, descobriram que, entre estes, as mulheres reportam mais stresse de falha de desempenho e stresse de inferioridade intelectual. De facto, as mulheres ocupam cada vez mais posições dominadas por homens, no entanto, o estereótipo feminino continua a subestimar as suas capacidades intelectuais e profissionais (Bian et al., 2017; Comissão para a Cidadania e a Igualdade de Género, 2022). Com efeito, as mulheres enfrentam um duplo desafio: mostrar as suas capacidades intelectuais e profissionais, e, mostrar as suas capacidades num mundo predominantemente masculino. Por este motivo, seria interessante considerar subdimensões como o stresse de inferioridade intelectual e de falha de desempenho (tradicionalmente associados ao masculino) na revisão da Escala de Stresse do Papel de Género Feminino.

Sob outra perspetiva, é relevante considerar a valorização do sucesso académico e profissional em Portugal e as circunstâncias atuais, tais como a taxa de desemprego, a remuneração líquida e o custo crescente de habitação. Esta realidade afeta todas as identidades de género, e não apenas o masculino (Ciochină & Faria, 2006; Wall et al., 2017). Logo, associar exclusivamente o papel de género masculino ao stresse de falha de desempenho (laboral) pode constituir-se como uma perspetiva limitada. Neste caso, uma abordagem com variáveis adicionais e com a inclusão de diversas identidades de género seria pertinente para entender se este é um desafio generalizado, ou, se é particularmente influenciado pelas normas de género. Esta abordagem seria interessante para a revisão da Escala de Stresse do Papel de Género Masculino e, conseqüentemente, para obter informações atuais sobre as representações sociais de género. Da mesma forma, permitiria identificar e compreender as evidências de van Well et al. (2005) anteriormente reportadas.

Além das questões já destacadas, é relevante notar que este estudo foi totalmente desenvolvido através de questionários de autorrelato. De acordo com a literatura, a população masculina tem dificuldades em expressar emoções e vulnerabilidades, o que pode limitar o relato das mesmas e conseqüentes conclusões da investigação (Efthim et al., 2001; McQueen, 2017). Para estudos futuros, recomenda-se a inclusão de métodos qualitativos ao método aplicado neste estudo, para que seja possível obter informações mais confiáveis e detalhadas sobre as suas vulnerabilidades. Da mesma forma, a inclusão de ambos os métodos, pode ajudar

a identificar atos abusivos e enriquecer a compreensão da violência, uma vez que esta variável é bastante suscetível a fatores de desajustabilidade social e de desvalorização da mesma, nomeadamente quando se trata de atos mais subtis (Caridade, 2011).

Outro aspeto importante a ser considerado é que este estudo assumiu as conclusões de Eftim et al. (2001) sobre os perfis de stresse mais suscetíveis de externalizar a vergonha. No entanto, dado que a amostra possui características sociodemográficas distintas, teria sido vantajoso aplicar um instrumento capaz de identificar estratégias, utilizadas pelos participantes, para lidar com a vergonha. Isto é, identificar se as vítimas internalizam a vergonha e recorrem a atos de submissão, e, no caso dos agressores, se a violência deriva da externalização desta emoção. Assim sendo, para uma investigação mais complexa sobre o tema deste trabalho, sugere-se a consideração deste aspeto.

Em relação à investigação sobre a violência, este estudo considerou os jovens de forma individual ao invés de considerar parceiros românticos. Para estudos futuros, sugere-se a inclusão de casais, para a obtenção de mais informação de ambos os parceiros e uma diminuição da influência da desajustabilidade social. Esta abordagem, aliada a uma amostra mais ampla, também pode ajudar a distinguir e identificar grupos de violência mútua e de violência unidirecional.

Por fim, como anteriormente mencionado, é evidente que a amostra carece de diversidade de identidades de género e orientações sexuais. É importante destacar que a comunidade LGBTQIA+ ainda não recebeu a devida atenção sobre a influência dos papéis de género. Conforme delineado pelo modelo de stresse minoritário (Meyer, 2003), em contraste com pessoas cisgénero e heterossexuais, esta minoria enfrenta um conjunto de fatores de stresse: discriminação, rejeição social, necessidade de ocultar a sua identidade e/ou a internalização do estigma social. Estes fatores são maioritariamente justificados pela natureza heteronormativa do sistema social em que estão inseridos (Meyer, 2003). Como tal, sendo esta minoria considerada socialmente mais “desviante”, é imperativo analisar exclusivamente os seus níveis de stresse dos papéis de género e a vergonha associada, tendo como finalidade aprofundar o conhecimento sobre as suas vulnerabilidades, e, implementar estratégias que promovam o bem-estar de todos.

### **Implicações Práticas**

Não excluindo o valor das limitações e sugestões futuras, o presente estudo conta também com importantes implicações práticas. Como observado, o sistema de género que

aparenta subsistir nesta amostra que vive em Portugal, contribui para efeitos prejudiciais ao nível da saúde e do bem-estar, como o stresse e a vergonha. Em conformidade com a literatura, este estudo evidenciou que os papéis de género incutidos na sociedade continuam a afetar nomeadamente as mulheres, o que reflete a contínua necessidade de intervenções e investigações concentradas nesta área (Richmond et al., 2015).

No fundo, a presente investigação reforçou a importância de identificar e neutralizar as crenças de género internalizadas, para que estas não moldem as experiências internas e externas de cada indivíduo. Através deste estudo, compreende-se que os padrões de género não retratam exclusivamente a hierarquia homens-mulheres, mas também privam a autenticidade de comportamentos e desenvolvimento de capacidades, tal como a assertividade no caso das mulheres. Por este motivo, é importante reforçar programas que desconstruam as ideias pré-concebidas de género. Com efeito, a promoção de uma maior flexibilidade destes padrões – ou a abolição dos mesmos - poderá contribuir para o desenvolvimento de capacidades e para a redução de riscos para a saúde, tais como o stresse e sentimentos de vergonha.

Por conseguinte, a influência dos papéis de género na saúde mental afeta a violência nas relações amorosas dos jovens. No contexto feminino, o stresse de agir assertivamente e a vergonha influenciam a manifestação e vitimização de violência. Assim, embora seja crucial reconhecer variabilidades individuais, é importante reconhecer no contexto terapêutico que, a capacidade de assertividade e a vergonha podem conduzir à violência enquanto vítima e/ou enquanto agressora. Por esta razão, salienta-se o benefício de abordagens focadas na valorização pessoal, autoconfiança e resiliência, com o intuito de garantir um maior bem-estar individual e relacional – reduzindo índices de violência - e um maior empoderamento.

No contexto masculino, embora os resultados indiquem a prevalência de menores valores patriarcais, o stresse de subordinação à mulher correlaciona-se com a violência enquanto agressor. Esta correlação é particularmente importante de ser considerada, pois o stresse de subordinação à mulher é um maior preditor da violência na adolescência do que outros efeitos psicológicos, tal como a autoestima (Merino et al., 2021). Assim, estes resultados reforçam a contínua necessidade de promover a equidade de género e a justiça social. Em específico, reforçam a importância de implementar programas de prevenção que combatam a violência de género e as crenças hierárquicas que colocam as mulheres e homens em posições sociais diferenciadas.

Por último, os índices de violência e, especificamente, de violência mútua, também demonstram ser relevantes, uma vez que aludem à emergência de investigações inclusivas que não são se focarem exclusivamente na violência contra as mulheres (Machado et al., 2016). Tal como destacado no estudo de Capinha et al. (2022), tanto homens como mulheres relatam violência enquanto vítima e enquanto agressor, o que indica que ambos merecem uma atenção desprovida de expectativas de género. Assim sendo, mais do que identificar quem exerce, mais, ou, menos violência, é necessário compreender a fundo quais os fatores que incitam a violência em cada um dos casos.

## **Conclusão**

A abolição de um sistema dicotómico de género é um processo gradual e crucial, que exige reconhecer a influência deste sistema e a sua adaptação nos dias de hoje. As crenças enraizadas neste sistema são transmitidas e internalizadas, pelo que não se limitam a distorcer perceções e expectativas sociais, mas provocam consequências emocionais e comportamentais. Deste modo, a necessidade humana de aceitação e integração social, determina o impacto destas crenças na vida das pessoas (Morrison, 1989 citado por Efthim et al., 2001; Wood & Eagly, 2010).

Este estudo revelou que as crenças baseadas nos papéis de género têm influência na saúde mental, como ao nível do stresse e da vergonha. Além disso, ilustra as limitações que podem ser induzidas por estas crenças no desenvolvimento de capacidades e estratégias adaptativas. Adicionalmente, a natureza inovadora deste estudo reflete-se nas conclusões sobre os efeitos destas crenças na violência dos jovens, reconhecendo que estes efeitos podem manifestar-se de diversas formas, seja no contexto enquanto vítima ou enquanto agressor.

Embora não tenham sido identificados elevados índices de violência, é importante entender que tanto homens como mulheres podem perpetuar atos violentos e/ou serem vítimas dos mesmos. Deste modo, alude-se à emergência de aprofundar este tema e explorar outros fatores subjacentes à violência. Nomeadamente, importa investigar sobre a vitimização masculina, dada a ausência de resultados conclusivos neste estudo, e, sobre a violência pelo feminino, devido à escassez de literatura disponível. Dar continuidade ao estudo e análise destes contextos poderá prevenir eficazmente a violência nas relações amorosas dos jovens em Portugal.

## Referências

- Alvarez, A. R. (2012). “IH8U”: Confronting cyberbullying and exploring the use of cybertools in teen dating relationships. *Journal of clinical psychology*, 68(11), 1205-1215. <https://doi.org/10.1002/jclp.21920>
- Amâncio, L. (1993). Gênero: representações e identidades. Análise das representações do masculino e do feminino e sua articulação com as identidades. *Sociologia, Problemas e Práticas*, (14), 127-140. <http://hdl.handle.net/10071/909>
- Archer, J. (2000). Sex differences in aggression between heterosexual partners: a meta-analytic review. *Psychological bulletin*, 126(5), 651-680. <https://doi/10.1037/0033-2909.126.5.651>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American psychologist*, 55(5), 469. <https://doi/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Bates, E. A. (2019). “No one would ever believe me”: An exploration of the impact of intimate partner violence victimization on men. *Psychology of Men & Masculinities*, 21(4). <https://doi.org/10.1037/men0000206>
- Bem, S. L. (1974). The measurement of psychological androgyny. *Journal of consulting and clinical psychology*, 42(2), 155. <https://doi/10.1037/h0036215>
- Bian, L., Leslie, S. J., & Cimpian, A. (2017). Gender stereotypes about intellectual ability emerge early and influence children’s interests. *Science*, 355(6323), 389-391. <https://doi.org/10.1126/science.aah6524>
- Camilo, R., & Minas, M. (2023). “In My Time...”: A generational difference in the relation between gender roles and well-being. *PSICOLOGIA*, 37(1), 39–52. <https://doi.org/10.17575/psicologia.1771>
- Capinha, M., Rijo, D., Pereira, M., & Matos, M. (2022). The prevalence, directionality, and dyadic perpetration types of intimate partner violence in a community sample in Portugal: A gender-inclusive inquiry. *European journal on criminal policy and research*, 1-18. <https://doi.org/10.1007/s10610-022-09514-w>
- Caridade S. (2011). *Violências íntimas violentas: Uma abordagem científica*. Edições Almedina.

- Caridade, S., & Barros, S. (2018). Violência nas relações íntimas juvenis e ideação e comportamento suicidas. *Psicologia, Saúde & Doenças, 19*(2), 323-336. <http://doi.org/10.15309/18psd190213>
- Casey, E. A., Masters, N. T., Beadnell, B., Wells, E. A., Morrison, D. M., & Hoppe, M. J. (2016). A latent class analysis of heterosexual young men's masculinities. *Archives of Sexual Behavior, 45*(5), 1039–1050. <https://doi.org/10.1007/s10508-015-0616-z>
- Ciochină, L., & Faria, L. (2006). Individualismo e colectivismo: Fundamentos conceptuais para o estudo intercultural das concepções pessoais de inteligência de estudantes portugueses e romenos. *Psicologia, 20*(2), 143-165. <https://doi.org/10.17575/rpsicol.v20i2.392>
- Clark, L. A., & Watson, D. (2019). Constructing validity: New developments in creating objective measuring instruments. *Psychological Assessment, 31*(12), 1412-1427. <https://doi.org/10.1037/pas0000626>
- Clarke, M. J., Marks, A. D., & Lykins, A. D. (2015). Effect of normative masculinity on males' dysfunctional sexual beliefs, sexual attitudes, and perceptions of sexual functioning. *The Journal of Sex Research, 52*(3), 327-337. <https://doi.org/10.1080/00224499.2013.860072>
- Comissão para a Cidadania e a Igualdade de Género. (2022). *Igualdade de género em Portugal: Boletim estatístico 2022*. CIG. <https://www.cig.gov.pt/2022/11/boletim-estatistico-2022-disponivel-online/>
- Copenhaver, M. M., & Eisler, R. M. (1996). Masculine gender role stress. In P.M. Kato, & T. Mann (Eds.), *Handbook of diversity issues in health psychology* (pp. 219-235). Springer. [https://doi.org/10.1007/978-0-585-27572-7\\_12](https://doi.org/10.1007/978-0-585-27572-7_12)
- Eagly, A. H., & Steffen, V. J. (1984). Gender stereotypes stem from the distribution of women and men into social roles. *Journal of Personality and Social Psychology, 46*(4), 735–754. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.46.4.735>
- Efthim, P. W., Kenny, M. E., & Mahalik, J. R. (2001). Gender role stress in relation to shame, guilt, and externalization. *Journal of Counseling & Development, 79*(4), 430-438. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1002/j.1556-6676.2001.tb01990.x>

- Eisler, R. M., & Skidmore, J. R. (1987). Masculine gender role stress: Scale development and component factors in the appraisal of stressful situations. *Behavior modification*, 11(2), 123-136. <https://doi.org/10.1177/01454455870112001>
- Ferreira, C., Moura-Ramos, M., Matos, M., & Galhardo, A. (2022). A new measure to assess external and internal shame: Development, factor structure and psychometric properties of the external and internal shame scale. *Current Psychology*, 41(4), 1892-1901. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-00709-0>
- Field, A. (2013). *Discovering Statistics Using IBM SPSS Statistics* (4th ed.). SAGE Publications.
- Fiol, E. B., Herrezuelo, R., & Ferrer Pérez, V. A. (2019). El amor romántico, como renuncia y sacrificio: ¿Qué opinan los y las jóvenes? *FEMERIS: Revista Multidisciplinar De Estudios De Género*, 4(3), 184-202. <https://doi.org/10.20318/femeris.2019.4935>
- Gallagher, K. E., & Parrott, D. J. (2011). What accounts for men's hostile attitudes toward women? The influence of hegemonic male role norms and masculine gender role stress. *Violence against women*, 17(5), 568-583. <https://doi.org/10.1177/1077801211407296>
- García-Carpintero-Muñoz, M. Á., Tarriño-Concejero, L., Gil-García, E., Pórcel-Gálvez, A. M., & Barrientos-Trigo, S. (2022). Short version of the multidimensional scale of dating violence (MSDV 2.0) in spanish-language: Instrument development and psychometric evaluation. *Journal of Advanced Nursing*, 79(4), 1610-1631. <https://doi.org/10.1111/jan.15300>
- Gilbert, P. (2002). Body shame: A biopsychosocial conceptualisation and overview, with treatment implications. In P. Gilbert & J. Miles (Eds.), *Body shame: Conceptualisation, research and treatment* (pp. 3–54). Brunner Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315820255>
- Gilbert, P. (2017). Compassion as a social mentality: An evolutionary approach. In P. Gilbert (Ed.), *Compassion: Concepts, research and applications* (pp. 31–68). Routledge. <http://hdl.handle.net/10545/622328>
- Gillespie, B. L., & Eisler, R. M. (1992). Development of the feminine gender role stress scale: A cognitive-behavioral measure of stress, appraisal, and coping for women. *Behavior Modification*, 16(3), 426-438. <https://doi.org/10.1177/01454455920163008>

- Halimi, M., Consuegra, E., Struyven, K., & Engels, N. (2018). A critical examination of the reliability and validity of a gender role attitude scale in Flanders (Belgium): What lessons can be learned? *Sex Roles*, 78, 423–438. <https://doi.org/10.1007/s11199-017-0807-2>
- Hammock, G. S., Richardson, D. S., Lamm, K. B., Taylor, E., & Verlaque, L. (2017). The effect of gender of perpetrator and victim on perceptions of psychological and physical intimate partner aggression. *Journal of Family Violence*, 32(3), 357-365. <https://doi.org/10.1007/s10896-016-9850-y>
- Harrington, A. G., Overall, N. C., & Maxwell, J. A. (2022). Feminine gender role discrepancy strain and women's self-esteem in daily and weekly life: A person X context perspective. *Sex Roles*, 87(1-2), 35-51. <https://doi.org/10.1007/s11199-022-01305-1>
- Hayes, A. F. (2022). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach (methodology in the social sciences)* (3rd ed.). The Guilford Press.
- Ismail, F., Berman, H., & Ward-Griffin, C. (2007). Dating violence and the health of young women: A feminist narrative study. *Health care for women international*, 28(5), 453-477. <https://doi.org/10.1080/07399330701226438>
- Kalin, R., & Tilby, P. J. (1978). Development and validation of a sex-role ideology scale. *Psychological reports*, 42(3), 731-738. <https://doi/10.2466/pr0.1978.42.3.731>
- Kline, R. B. (2011). *Principles and practice of structural equation modeling* (3rd ed.). Guilford Press.
- Kowalski, B. M., & Scheitle, C. P. (2020). Sexual identity and attitudes about gender roles. *Sexuality & Culture*, 24(3), 671-691. <https://doi.org/10.1007/s12119-019-09655-x>
- Levant, R. F. (2011). Research in the psychology of men and masculinity using the gender role strain paradigm as a framework. *American psychologist*, 66(8), 765-776. <https://doi.org/10.1037/a0025034>
- Lopez-Zafra, E., & Garcia-Retamero, R. (2012). Do gender stereotypes change? The dynamic of gender stereotypes in Spain. *Journal of Gender Studies*, 21(2), 169-183. <https://doi.org/10.1080/09589236.2012.661580>

- Macedo, A. G., & Pereira, M. E. (2015). Women's and gender studies in Portugal: An overview from an anglicist perspective. In R. Haas (Ed.). *Rewriting academia: The development of the anglicist women's and gender studies of continental europe* (pp. 27-49). Peter Lang International Academic Publishers. <https://doi.org/10.3726/978-3-653-06121-5>
- Machado, A., Hines, D., & Matos, M. (2016). Help-seeking and needs of male victims of intimate partner violence in Portugal. *Psychology of Men & Masculinity*, 17(3), 255. <https://doi/10.1037/men0000013>
- Machado, A., Santos, A., Graham-Kevan, N., & Matos, M. (2019). The prevalence of bidirectional intimate partner violence reported by portuguese men. *International Journal of Law, Crime and Justice*, 57, 83–90. <https://doi.org/10.1016/j.ijlcrj.2019.03.002>
- McQueen, F. (2017). Male emotionality: 'boys don't cry' versus 'it's good to talk'. *Norma*, 12(3-4), 205-219. <https://doi.org/10.1080/18902138.2017.1336877>
- Merino, M. E. V., Díaz-Aguado Jalón, M. J., Falcón Díaz-Aguado, L., & Martínez Arias, M. R. (2021). Masculine gender role stress as a mediator of the relationship between justification of dominance and aggression and male adolescent dating violence against women. *Psicothema*, 33(2), 206-213. <https://hdl.handle.net/11162/207686>
- Meyer, I. H. (2003). Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: conceptual issues and research evidence. *Psychological bulletin*, 129(5), 674–697. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.5.674>
- Paulo, M., Vagos, P., Ribeiro Da Silva, D., & Rijo, D. (2020). The role of shame and shame coping strategies on internalizing/externalizing symptoms: Differences across gender in adolescents. *European Journal of Developmental Psychology*, 17(4), 578-597. <https://doi.org/10.1080/17405629.2019.1682991>
- Perles, F., San Martín, J., & Canto, J. M. (2019). Gender and conflict resolution strategies in Spanish teen couples: Their relationship with jealousy and emotional dependency. *Journal of interpersonal violence*, 34(7), 1461-1486. <https://doi.org/10.1177/0886260516651316>
- Prata, A. (2021). Caught in the wave: Sexual harassment, sexual violence, and the #MeToo movement in Portugal. *Kvinder, Køn & Forskning*, (1), 40-59. <https://doi.org/10.7146/kkf.v29i2.124895>

- Rashotte, L. S., & Webster, M. (2005). Gender status beliefs. *Social Science Research, 34*(3), 618-633. <https://doi.org/10.1016/j.ssresearch.2004.05.004>
- Reed, L. A., Tolman, R. M., & Ward, L. M. (2017). Gender matters: Experiences and consequences of digital dating abuse victimization in adolescent dating relationships. *Journal of adolescence, 59*, 79-89. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.05.015>
- Richmond, K., Levant, R., Smalley, B., & Cook, S. (2015). The femininity ideology scale (FIS): Dimensions and its relationship to anxiety and feminine gender role stress. *Women & health, 55*(3), 263-279. <https://doi.org/10.1080/03630242.2014.996723>
- Scheff, T. J. (2003). Male emotions/relationships and violence: A case study. *Human Relations, 56*(6), 727-749. <https://doi.org/10.1177/00187267030566005>
- Smith, M. L., Telford, E., & Tree, J. J. (2019). Body image and sexual orientation: The experiences of lesbian and bisexual women. *Journal of health psychology, 24*(9), 1178-1190. <https://doi.org/10.1177/1359105317694486>
- Swartout, K. M., Parrott, D. J., Cohn, A. M., Hagman, B. T., & Gallagher, K. E. (2015). Development of the abbreviated masculine gender role stress scale. *Psychological assessment, 27*(2), 489. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/a0038443>
- Tangney, J. P. (1999). The self-conscious emotions: Shame, guilt, embarrassment and pride. In M. J. Power, & T. Dalgleish (Eds.), *Handbook of cognition and emotion* (pp. 541–568). John Wiley & Sons. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1002/0470013494.ch26>
- Tangney, J. P., & Tracy, J. L. (2012). Self-conscious emotions. In M. R. Leary & J. P. Tangney (Eds.), *Handbook of self and identity* (2nd ed., pp. 446–480). The Guilford press.
- Truman-Schram, D. M., Cann, A., Calhoun, L., & Vanwallendael, L. (2000). Leaving an abusive dating relationship: An investment model comparison of women who stay versus women who leave. *Journal of Social and Clinical Psychology, 19*(2), 161–183. <https://doi.org/10.1521/jscp.2000.19.2.161>
- Vagos, P., Ribeiro da Silva, D., Brazão, N., Rijo, D., & Elison, J. (2019). Psychometric properties of the Compass of Shame Scale: Testing for measurement invariance across community boys and boys in foster care and juvenile detentions facilities. *Child & Youth Care Forum, 48*, 93-110. <https://doi.org/10.1007/s10566-018-9474-x>

- van Well, S., Kolk, A. M., & Arrindell, W. A. (2005). Cross-cultural validity of the masculine and feminine gender role stress scales. *Journal of personality assessment*, 84(3), 271-278. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa8403\\_06](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa8403_06)
- Wall, K., Cunha, V., Atalaia, S., Rodrigues, L. B., Correia, R., Correia, S. V., & Rosa, R. (2017). *White paper-men and gender equality in Portugal*, 1-135. Comissão para a Igualdade no Trabalho e no Emprego. [https://www.researchgate.net/publication/322775561\\_WHITE\\_PAPER\\_Men\\_and\\_Gender\\_Equality\\_in\\_Portugal](https://www.researchgate.net/publication/322775561_WHITE_PAPER_Men_and_Gender_Equality_in_Portugal)
- West, C., & Zimmerman, D. H. (1987). Doing gender. *Gender & society*, 1(2), 125-151. <https://doi.org/10.1177/0891243287001002002>
- Wood, W., & Eagly, A. H. (2010). Gender. In S. T. Fiske, D. T. Gilbert, & G. Lindzey (Eds.), *Handbook of social psychology* (pp. 629–667). John Wiley & Sons, Inc. <https://doi.org/10.1002/9780470561119.socpsy001017>
- World Health Organization. (2012). *Understanding and addressing violence against women: Intimate partner violence*. WHO. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/77432/?sequence=1>

## **Anexos**

### **Anexo A – Introdução ao Protocolo**

O presente questionário enquadra-se na realização de uma tese de Mestrado em Psicologia Clínica do Ispa - Instituto Universitário. Por esta razão, os dados obtidos são exclusivamente para fins académicos, não sendo analisados individualmente, nem partilhados.

A investigação tem como objetivo compreender o contexto conjugal de diversos casais. Para tal, requer a participação de pessoas com idades entre os 18 e 25 anos, que estão num relacionamento amoroso há pelo menos 6 meses e que residem em Portugal há pelo menos 3 anos.

A sua participação é voluntária. Caso pretenda desistir, poderá interromper a qualquer momento sem prestar justificações. A participação é anónima e confidencial, não sendo solicitada qualquer informação que identifique o participante. Além disso, não estão previstos riscos associados ao mesmo.

Estima-se que a duração do questionário seja entre 15 e 20 minutos. Não existem respostas certas e erradas, pelo que cada resposta deve ser honesta e espontânea.

Agradece-se desde já a sua colaboração.

Declaro ter lido e compreendido a informação sobre este estudo e consinto a minha participação.

- Sim

## **Anexo B – Questionário Sociodemográfico**

Responde às seguintes questões.

1. Idade \_\_\_\_\_
2. Sexo
  - Feminino
  - Masculino
  - Intersexo
3. Género
  - Feminino
  - Masculino
  - Fluído
  - Não-binário
  - Outro
4. Nacionalidade
  - Portuguesa
  - Outra

Qual? \_\_\_\_\_
5. País de Residência
  - Portugal (há pelo menos 3 anos)
  - Outro
6. Área de residência

- Urbana
- Rural

7. Grau Académico (concluído)

- Ensino básico
- Ensino Secundário
- Licenciatura ou equivalente
- Mestrado
- Doutoramento

8. Orientação Sexual

- Heterossexual
- Homossexual
- Bissexual
- Assexual
- Outra
- Prefiro não dizer

Responde às seguintes questões com base no teu relacionamento atual. No caso de vári@s parceir@s, pensa n@ parceir@ com @ qual tens um relacionamento romântico mais duradouro.

9. Duração do Relacionamento

- Até 5 meses
- 6 meses – 1 ano
- 1 - 2 anos

- 2 - 3 anos
- 4 anos ou mais

10. Relacionamento

- Heterossexual
- Homossexual
- Outro

11. Tipo de Relacionamento

- Monogâmico
- Aberto
- Poliamoroso
- Outro

12. Vives em conjunto com @ parceir@?

- Sim
- Não

### Anexo C – Escala da Vergonha Global (Externa e Interna)

As seguintes frases refletem experiências emocionais que são vividas por cada pessoa de forma diferente. Selecciona a resposta com base na frequência com que sentes cada experiência.

Eu sinto que:

1. As outras pessoas vêem-me como alguém que não está à altura dos seus padrões.

1- Nunca me sinto assim      2      3      4      5 - Sinto-me sempre assim

2. As outras pessoas não me compreendem.

1- Nunca me sinto assim      2      3      4      5 - Sinto-me sempre assim

3. As outras pessoas julgam-me e criticam-me.

1- Nunca me sinto assim      2      3      4      5 - Sinto-me sempre assim

4. As outras pessoas consideram-me desinteressante.

1- Nunca me sinto assim      2      3      4      5 - Sinto-me sempre assim

5. Estou isolad@.

1- Nunca me sinto assim      2      3      4      5 - Sinto-me sempre assim

6. Eu sou diferente e inferior aos outros.

1- Nunca me sinto assim      2      3      4      5 - Sinto-me sempre assim

7. Eu não sou bo@ o suficiente.

1- Nunca me sinto assim      2      3      4      5 - Sinto-me sempre assim

8. Eu julgo e critico-me.

1- Nunca me sinto assim      2      3      4      5 - Sinto-me sempre assim

## Anexo D – Escala de Stresse do Papel de Género Masculino

As seguintes questões representam cenários hipotéticos. Imagina encontrares-te em cada cenário e responde de acordo com o teu nível de stresse.

1. Sentires que não estás em boas condições físicas.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

2. Não seres capaz de encontrar um@ parceiro@ sexual.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

3. @ parceir@ dizer que não está satisfeit@.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

4. Seres vist@ como homossexual.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

5. Perderes numa competição desportiva.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

6. Seres percecionad@ como alguém que tem feições femininas.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

7. Pareceres menos atlétic@ do que um amigo.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

8. Seres comparad@ desfavoravelmente com outros homens.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

9. Saberes que não aguentas tanto a bebida como os outros.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

10. Dizeres a@ parceir@ que @ amas.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

11. Dizeres a alguém que te sentes magoad@ pelo que te disse.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

12. Admitires que tens medo de alguma coisa.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

13. Os teus filhos verem-te a chorar.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

14. Falares com uma mulher que está a chorar.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

15. Confortares um amigo que está incomodado.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

16. Um homem meter o braço à volta do teu ombro.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

17. Seres superad@ no trabalho por uma mulher.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

18. Teres uma mulher como patroa.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

19. Deixares que uma mulher controle a situação.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

20. Estares casad@ com alguém que ganha mais dinheiro que tu.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

21. Estares com uma mulher que é mais bem-sucedida que tu.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

22. Seres superad@ num jogo por uma mulher.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

23. Precisares que @ parceir@ trabalhe para ajudar a sustentar a família.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

24. Admitires aos teus amigos que fazes tarefas domésticas.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

25. Conviveres com uma mulher que é mais alta que tu.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

26. Teres de perguntar por direções quando estás perdid@.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

27. Trabalhares com pessoas que parecem ser mais ambiciosas que tu.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

28. Falares com uma feminista.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

29. Haverem pessoas que dizem que és indecis@.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

30. Haverem pessoas que dizem que és demasiado emocional.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

31. Trabalhares com pessoas que são mais inteligentes que tu.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

32. Ficares em casa durante o dia com uma criança doente.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

33. Estares desempregad@.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

34. Não ganhares dinheiro suficiente.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

35. Descobrires que não tens capacidades para seres sucedid@.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

36. Seres incapaz de ter um bom desempenho sexual.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

37. Estares demasiad@ cansad@ para ter relações sexuais quando @ parceir@ as solicita.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

38. Seres incapaz de ficar sexualmente excitad@ quando queres.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

39. Seres ultrapassad@ numa promoção.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

40. Seres despedid@ de um emprego.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

## Anexo E –Escala de Stresse do Papel de Género Feminino

As seguintes questões representam cenários hipotéticos. Imagina encontrares-te em cada cenário e responde de acordo com o teu nível de stresse.

1. Sentires-te pressionad@ para ter uma atividade sexual.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

2. Teres de lidar com propostas sexuais indesejadas.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

3. Seres dad@ como garantid@ numa relação sexual.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

4. Seres pressionad@ para relações sexuais quando procuras afeto d@ parceir@.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

5. Teres vári@s parceir@s sexuais.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

6. Estares numa relação íntima sem amor.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

7. Não seres capaz de satisfazer as necessidades emocionais dos familiares.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

8. @ parceir@ não discutir os vossos problemas relacionais.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

9. Seres considerad@ promíscu@.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

10. Outros considerarem que és emocionalmente fri@.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

11. Seres percecionad@ pelos outros como tendo peso a mais.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

12. Descobrires que engordaste 4kg.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

13. Sentires-te menos atrativ@ do que já foste.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

14. Seres mais pesad@ do que @ parceir@.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

15. Seres invulgarmente alt@.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

16. Seres incapaz de mudar a tua aparência para agradar alguém.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

17. Chegares à meia-idade e seres solteir@.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

18. Usar fato de banho em público.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

19. Ouvires um barulho estranho quando estás em casa sozinh@.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

20. Ouvires que um criminoso perigoso fugiu nas proximidades.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

21. O teu carro avariar na estrada.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

22. Sentires que estás a ser perseguid@ por alguém.

1-Nada stressante    2       3       4       5       6       7- Extremamente stressante

23. Mudares-te para uma nova cidade ou vila sozinh@.

1-Nada stressante    2       3       4       5       6       7- Extremamente stressante

24. Receberes uma chamada telefónica obscena.

1-Nada stressante    2       3       4       5       6       7- Extremamente stressante

25. Regatear com o vendedor na compra de um carro.

1-Nada stressante    2       3       4       5       6       7- Extremamente stressante

26. Negociar o preço das reparações do carro.

1-Nada stressante    2       3       4       5       6       7- Extremamente stressante

27. Teres a certeza de que não estás a tirar proveito quando compras um carro ou casa.

1-Nada stressante    2       3       4       5       6       7- Extremamente stressante

28. Supervisionares empregados mais velhos ou mais experientes no trabalho.

1-Nada stressante    2       3       4       5       6       7- Extremamente stressante

29. Seres boa mãe e sobressaíres-te no trabalho.

1-Nada stressante    2       3       4       5       6       7- Extremamente stressante

30. Teres de te “vender” numa entrevista de trabalho.

1-Nada stressante    2       3       4       5       6       7- Extremamente stressante

31. Falares com alguém que está zangado contigo.

1-Nada stressante    2       3       4       5       6       7- Extremamente stressante

32. @ parceir@ está desempregad@ e não consegue encontrar trabalho.

1-Nada stressante    2       3       4       5       6       7- Extremamente stressante

33. Os colegas do teu filho não gostarem dele.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

34. Teres um@ parceir@ frac@ ou incompetente.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

35. Haver outra pessoa a educar o teu filho.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

36. Voltares ao trabalho logo após o nascimento do teu filho.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

37. Tentares que @ parceir@ tome responsabilidade pelo cuidado dos filhos.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

38. Perderes a custódia dos filhos depois do divórcio.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

39. Um@ amig@ muit@ próxim@ deixar de falar contigo.

1-Nada stressante    2    3    4    5    6    7- Extremamente stressante

## Anexo F – Versão Resumida da Escala Multidimensional de Violência no Namoro

Responde de acordo com a frequência das tuas ações e d@ atual parceir@ na relação amorosa. No caso de vári@s parceir@s, pensa n@ parceir@ com o qual tens um relacionamento amoroso mais duradouro.

1. Enviar insistentemente mensagens pelo Whatsapp ou por outra rede social a@ parceir@.

	1-Nunca	2-Às vezes	3- Ocasionalmente	4- Repetidamente	5- Habitualmente
Eu fiz isto	o	o	o	o	o
@ parceir@ fez isto comigo	o	o	o	o	o

2. Espiar a atividade d@ parceir@ nas redes sociais: ler comentários em fotos enviadas por amigos para saber o que dizem, o que fazem e com quem.

	1-Nunca	2-Às vezes	3- Ocasionalmente	4- Repetidamente	5- Habitualmente
Eu fiz isto	o	o	o	o	o
@ parceir@ fez isto comigo	o	o	o	o	o

3. Monitorizar o horário da última ligação d@ parceir@ no Whatsapp e/ou noutras redes sociais.

	1-Nunca	2-Às vezes	3- Ocasionalmente	4- Repetidamente	5- Habitualmente
Eu fiz isto	o	o	o	o	o
@ parceir@ fez isto comigo	o	o	o	o	o

4. Fazer ofertas ou favores não solicitados @ parceir@.

	1-Nunca	2-Às vezes	3- Ocasionalmente	4- Repetidamente	5- Habitualmente
Eu fiz isto	o	o	o	o	o
@ parceir@ fez isto					
comigo	o	o	o	o	o

5. Frequentar deliberadamente os lugares onde @ parceir@ se encontra habitualmente (casa, trabalho, bares, festas, etc.).

	1-Nunca	2-Às vezes	3- Ocasionalmente	4- Repetidamente	5- Habitualmente
Eu fiz isto	o	o	o	o	o
@ parceir@ fez isto					
comigo	o	o	o	o	o

6. Perguntar onde é que @ parceir@ está em “todos os minutos do dia” e/ou o que está a fazer.

	1-Nunca	2-Às vezes	3- Ocasionalmente	4- Repetidamente	5- Habitualmente
Eu fiz isto	o	o	o	o	o
@ parceir@ fez isto					
comigo	o	o	o	o	o

7. Tentar fazer com que @ parceir@ se sinta culpad@ por não passarem tempo suficiente juntos.

	1-Nunca	2-Às vezes	3- Ocasionalmente	4- Repetidamente	5- Habitualmente
Eu fiz isto	o	o	o	o	o
@ parceir@ fez isto					
comigo	o	o	o	o	o

8. Confirmar junto de amigos, familiares ou outros significantes se @ parceir@ disse a verdade sobre onde estava.

	1-Nunca	2-Às vezes	3- Ocasionalmente	4- Repetidamente	5- Habitualmente
Eu fiz isto	o	o	o	o	o
@ parceir@ fez isto comigo	o	o	o	o	o

9. Falar sobre algo do passado para ferir @ parceir@.

	1-Nunca	2-Às vezes	3- Ocasionalmente	4- Repetidamente	5- Habitualmente
Eu fiz isto	o	o	o	o	o
@ parceir@ fez isto comigo	o	o	o	o	o

10. Culpar @ parceir@ por coisas que não estão a correr bem.

	1-Nunca	2-Às vezes	3- Ocasionalmente	4- Repetidamente	5- Habitualmente
Eu fiz isto	o	o	o	o	o
@ parceir@ fez isto comigo	o	o	o	o	o

11. Evitar ou recusar-se a falar com @ parceir@ (por muito tempo) quando est@ está irritad@.

	1-Nunca	2-Às vezes	3- Ocasionalmente	4- Repetidamente	5- Habitualmente
Eu fiz isto	o	o	o	o	o
@ parceir@ fez isto comigo	o	o	o	o	o

12. Ferir fisicamente alguém conhecido pel@ parceir@.

	1-Nunca	2-Às vezes	3- Ocasionalmente	4- Repetidamente	5- Habitualmente
Eu fiz isto	o	o	o	o	o
@ parceir@ fez					
isto comigo	o	o	o	o	o

13. Agredir fisicamente @ parceir@ de uma forma grave (estalo, murro, etc.).

	1-Nunca	2-Às vezes	3- Ocasionalmente	4- Repetidamente	5- Habitualmente
Eu fiz isto	o	o	o	o	o
@ parceir@ fez					
isto comigo	o	o	o	o	o

14. Não pedir consentimento para a prática de relações sexuais.

	1-Nunca	2-Às vezes	3- Ocasionalmente	4- Repetidamente	5- Habitualmente
Eu fiz isto	o	o	o	o	o
@ parceir@ fez					
isto comigo	o	o	o	o	o

15. Aproveitar-se do facto d@ parceir@ estar bêbad@ ou drogad@ para ter relações sexuais.

	1-Nunca	2-Às vezes	3- Ocasionalmente	4- Repetidamente	5- Habitualmente
Eu fiz isto	o	o	o	o	o
@ parceir@ fez					
isto comigo	o	o	o	o	o

16. Pedir por algum tipo de ato sexual que @ parceir@ não quer desempenhar, tais como usar objetos perigosos ou ter sexo indesejado com outra pessoa.

	1-Nunca	2-Às vezes	3- Ocasionalmente	4- Repetidamente	5- Habitualmente
Eu fiz isto	o	o	o	o	o
@ parceir@ fez isto comigo	o	o	o	o	o

17. Pressionar para a prática sexual sem preservativo.

	1-Nunca	2-Às vezes	3- Ocasionalmente	4- Repetidamente	5- Habitualmente
Eu fiz isto	o	o	o	o	o
@ parceir@ fez isto comigo	o	o	o	o	o

18. Toque de natureza sexual sem o consentimento d@ parceir@.

	1-Nunca	2-Às vezes	3- Ocasionalmente	4- Repetidamente	5- Habitualmente
Eu fiz isto	o	o	o	o	o
@ parceir@ fez isto comigo	o	o	o	o	o