

RELAÇÃO ENTRE ACONTECIMENTOS DE VIDA E INTIMIDADE E SATISFAÇÃO RELACIONAL EM HOMENS A PARTIR DOS 40 ANOS

Madalena Luz de Almeida¹ (✉ mad.luzalmeida@gmail.com) & Isabel Leal²

¹ ISPA – Instituto Universitário, Promoting Human Potential Research Group, Lisboa, Portugal; ² ISPA – Instituto Universitário / WJCR – William James Center for Research, Portugal

Ao longo do ciclo de vida, os indivíduos são confrontados com diversos acontecimentos de vida, positivos e negativos, sendo importante compreender o efeito dos mesmos, nos diferentes contextos da vida adulta. Os acontecimentos de vida são vistos, como sendo alterações que decorrem, de forma inesperada, na vida do indivíduo (Marshall, 2003), implicando assim, uma readaptação emocional, social e comportamental. Estes acontecimentos podem ser denominados de acontecimentos vitais, de acontecimentos biográficos significativos e/ou de acontecimentos traumáticos. Um outro conceito importante deste estudo é a intimidade que, segundo Popovic (2005, p. 31) surge da palavra *intimus*, ou seja, “o que está interno, o mais profundo”, aludindo ao ato de partilha do que há de mais forte e intenso, dentro de cada um de nós, dando-nos a possibilidade de nos diferenciarmos do outro, mas que juntamente nos une, enquanto indivíduos, remetendo desta forma, para uma característica intrínseca (Narciso, 2002). Para Narciso e Ribeiro (2009), o leque de definições existentes do que é a intimidade deve ser organizado, tendo em conta, o facto de poder ser uma perspetiva individual ou relacional, bem como tendo diversas características de um processo. Quando mencionamos a intimidade, é relevante referir a satisfação relacional. De acordo com Andrade, Garcia e Cano (2009), quando há um envolvimento romântico entre duas pessoas e as mesmas procuram manter essa união, deve-se considerar o facto de existirem diversas motivações que, de alguma maneira, acabam por pesar nessa escolha. Para estes autores, a

satisfação relacional é uma dessas motivações, que ocorre se a avaliação da qualidade da própria relação corresponder aos vários desejos e expectativas que o sujeito tem, acerca do parceiro, sendo a intimidade (física e emocional) e a sexualidade conjugal, os pilares fundamentais dessa avaliação.

A presente investigação está inserida no Projeto Experiências de Vida e Saúde na Idade Adulta (EVISA), cuja finalidade é caracterizar e correlacionar as diversas experiências associadas à meia-idade e à saúde e sexualidade, em homens com mais de 40 anos. Neste estudo em específico, o principal objetivo foi verificar a relação entre os acontecimentos de vida e intimidade e satisfação relacional, em homens a partir dos 40 anos, sendo estes últimos três conceitos, o foco desta investigação. Desta forma, foram colocadas duas hipóteses de investigação distintas, sendo elas: a) “Existem diferenças significativas na intimidade e satisfação relacional, comparando os sujeitos que apontaram acontecimentos de vida muito positivos com os sujeitos que apontaram acontecimentos de vida muito negativos?”; b) “Os sujeitos mais novos estão mais satisfeitos com a intimidade na sua relação, em comparação com os sujeitos mais velhos?”. Assim, é de referir que foi fundamental compreender os conceitos do estudo, quer individualmente, quer relacionados entre si.

MÉTODO

Participantes

A amostra do estudo é constituída por 70 indivíduos do sexo masculino, a partir dos 40 anos de idade, sendo estes dois, os únicos requisitos obrigatórios, o género e a idade. Os mesmos indivíduos preencheram o respetivo protocolo de investigação em papel. O método de amostragem utilizado foi do tipo não probabilístico, por conveniência (Pocinho & Capelo, 2009), através do sistema de bola-de-neve (Baldin & Munhoz, 2011). Relativamente à caracterização sociodemográfica dos

dados recolhidos, a idade média dos 70 indivíduos que participaram corresponde a 52 anos, com um desvio padrão (*DP*) de 8,07.

Procedimento

O estudo assenta numa abordagem descritiva, correlacional e quantitativa, sendo também um estudo transversal (Hochman, Nahas, Filho & Ferreira, 2005). Foi solicitado a todos os indivíduos que aceitaram participar no presente estudo, que preenchessem o respectivo protocolo de investigação, tendo este, uma duração de, aproximadamente, 15-20 minutos. A amostragem foi de não conveniência, do tipo bola-de-neve, uma vez que os questionários foram entregues, diretamente, a pessoas próximassendo que lhes foi pedido que distribuíssem a outras pessoas (familiares, amigos, colegas, entre outros), mas sempre com os protocolos selados, para que as pessoas se sentissem à vontade de responder, sem qualquer constrangimento e para que pudessem, posteriormente, devolvê-los preenchidos sem adulterações, uma vez que alguns não foram preenchidos na presença do autor. A distribuição centrou-se no distrito de Lisboa, pela sua fácil acessibilidade. Foi garantido a todos os participantes o anonimato e a confidencialidade dos dados.

Material

Nesta investigação foi utilizado um questionário de caracterização sócio-demográfica que permitiu recolher alguns dados pessoais dos indivíduos que participaram no estudo. Foram também analisados todos os Acontecimentos de Vida descritos no protocolo, tendo sido pedido aos participantes que assinalassem o(s) acontecimento(s) com um forte impacto na sua vida nos últimos 12 meses (até 5 acontecimentos) e que classificassem esse(s) mesmo(s) acontecimento(s) numa escala de 1 a 5 (1-muito negativo; 2-negativo; 3-neutro; 4-positivo; 5-muito positivo).

Foi ainda usado o Questionário de Intimidade e Satisfação Relacional (Escala Revista de Ajustamento Diádico – RDAS) (Pereira, 2003), tendo como finalidade avaliar a satisfação e o ajustamento relacional (Busby, Christensen, Crane, & Larson, 1995). A RDAS consta de um instrumento de revisão da escala original, revelando-se em forma de auto-relato e

preenchimento. As diversas respostas são agrupadas com o intuito de gerar um valor final que expressa o nível de ajustamento relacional, quanto à existência ou não, de dificuldades de ajustamento (Busby et al., 1995). Este instrumento é composto por 14 itens no total, tornando-se mais apropriada à avaliação breve, pretendida para a prática clínica. A RDAS integra 3 subescalas; (a) o consenso diádico (6 itens) composta pela tomada de decisão, afecto e valores; (b) a satisfação diádica (4 itens) constituída pela estabilidade e pelo conflito e por fim, (c) a coesão diádica (4 itens) formada por diversas atividades e discussão. A avaliação das três subescalas é feita numa escala de Likert de 6 pontos (1- sempre; 6- nunca). Porém, existiu compatibilidade, entre os vários ajustes relativos à construção das escalas, ou seja, a construção das subescalas de menor ordem tiveram por base itens homogêneos e os conceitos de ordem superior foram constituídos por conceitos relacionados (Busby et al., 1995). Podemos referir ainda, que o resultado total da RDAS varia, entre 0 a 69, tanto na versão original, como na versão portuguesa. É de mencionar que um resultado maior ou igual a 48 é o indicador de ausência de distresse no casal. O coeficiente alfa de Cronbach's do respectivo instrumento corresponde a 0.90, o que demonstra uma elevada consistência interna e a correlação bipartida (*split-half* Spearman- Brown) corresponde a 0.95.

Neste estudo, a primeira componente “Concordância entre o Casal” ($\alpha=0,87$), a segunda “Atividades em Conjunto” ($\alpha=0,83$) e, por fim, a terceira “Desentendimento” ($\alpha=0,82$) apresentaram uma elevada consistência interna, uma vez que os valores dos alfas de *Cronbach* foram superiores a 0,8.

RESULTADOS

Estatística Descritiva dos Acontecimentos de Vida

Foi efetuado um resumo de todos os acontecimentos de vida evocados pelos sujeitos deste estudo, tal como a valência desse(s) acontecimentos, caso tenham sido classificados nos extremos, “muito positivos” ou “muito

negativos”. Qualquer classificação atribuída, entre os dois extremos, classificamos o acontecimento, como sendo “neutro”.

Comparação dos níveis da Escala de Intimidade e Satisfação Relacional entre Sujeitos que apontaram Acontecimentos de Vida “muito positivos” (AVMP) e Sujeitos que apontaram Acontecimentos de Vida “muito negativos” (AVMN)

Em média, o Tempo de Relacionamento foi superior nos indivíduos que evocaram AVMN ($M=22,44$; $DP=10,12$), em relação aos indivíduos que evocaram AVMP ($M=17,82$; $DP=12,96$), bem como a Idade dos Companheiros dos indivíduos que apontaram AVMN é superior ($M=48,72$; $DP=7,80$), relativamente ao outro grupo ($M=45,09$; $DP=11,03$). No que diz respeito ao Grau de Satisfação com a Intimidade, as diferenças encontradas, entre as duas médias foram significativas [$t(10)=2,759$; $p=0,020$], sendo que foi superior no grupo que aponta AVMP ($M=4,55$; $DP=0,52$), em relação ao grupo que evoca AVMN ($M=4,11$; $DP=0,76$). Quanto à Concordância entre o Casal, as diferenças encontradas, entre as médias também foram significativas [$t(10)=2,319$; $p=0,043$], uma vez que esta foi superior nos sujeitos que apontaram AVMP ($M=5,18$; $DP=0,56$), em relação aos indivíduos que apontaram AVMN ($M=4,80$; $DP=0,67$). Na dimensão Atividades em conjunto não foram encontradas diferenças significativas [$t(10)=1,362$; $p=0,203$], tal como se verificou na dimensão Desentendimento [$t(10)=0,087$; $p=0,933$].

Comparação dos Níveis da Escala de Intimidade e Satisfação Relacional entre Sujeitos Mais Novos e Sujeitos Mais Velhos

Encontraram-se diferenças significativas no Tempo de Relacionamento, entre sujeitos mais novos e sujeitos mais velhos [$t(51)=3,551$; $p=0,001$]. Os sujeitos mais velhos tiveram, em média, mais tempo de relacionamento ($M=24,48$; $DP=11,09$), em comparação com os sujeitos mais novos ($M=15,15$; $DP=7,65$). Existiram também diferenças significativas, entre os dois grupos, quanto à Idade do Companheiro [$t(50)=6,124$; $p<0,001$], isto é, esta última em média, é superior nos sujeitos mais velhos ($M=52,778$; $DP=7,298$), do que nos sujeitos mais

novos ($M=42,08$; $DP=4,98$). É importante frisar que existiram diferenças significativas, entre os grupos, em relação ao Grau de Satisfação com a Intimidade [$t(51)=2,145$; $p=0,037$]. Neste caso, os sujeitos mais novos estavam, em média, mais satisfeitos ($M=4,50$; $DP=0,65$) do que os participantes mais velhos ($M=4,04$; $DP=0,90$). Contudo, não foram encontradas diferenças significativas nas restantes dimensões desta Escala, na Concordância entre o Casal [$t(51)=-0,592$; $p=0,556$], nas Atividades em Conjunto [$t(51)=0,474$; $p=0,638$] e no Desentendimento [$t(51)=-0,574$; $p=0,569$].

DISCUSSÃO

Relativamente à primeira hipótese deste estudo, podemos referir que foram encontradas diferenças significativas, tanto no Grau de Satisfação com a Intimidade, como nas três dimensões da escala (Concordância entre o Casal, Atividades em Conjunto e Desentendimentos). Observou-se que os sujeitos que apontaram AVMP apresentaram um maior Grau de Satisfação com a Intimidade, bem como houve uma maior Concordância entre o Casal, participaram num maior número de Atividades em Conjunto com o parceiro e tiveram menos Desentendimentos na sua relação, em comparação com os sujeitos que apontaram AVMN. É de mencionar que estes mesmos resultados são consensuais com a literatura, uma vez que segundo Karney e Bradbury (1995), os sujeitos que experienciam, fora da relação, acontecimentos de vida mais positivos, têm a capacidade de transferir o impacto significativo que estes têm nas suas vidas, para a relação, beneficiando assim, a satisfação relacional entre os parceiros. Contudo, conferiu-se nesta investigação, que os sujeitos que evocaram AVMN tinham mais Tempo de Relacionamento, bem como a Idade do Companheiro era superior. Esta constatação pode remeter para alguns estudos, relativamente à resiliência no casal, isto é, o facto de se estar numa relação duradoura com o outro, acaba por ser crucial, para ultrapassar os vários eventos stressantes e/ou negativos que ocorrem, ao longo da vida (Diener, Gohm, Suh, & Oishi, 2000; Waite, 1995). Para os últimos autores, a resiliência no casal consiste num processo, no qual cada

parceiro demonstra ter a capacidade de se adaptar às diversas adversidades, não cedendo à pressão e tentando manter o seu bem-estar físico, social e psicológico, perante as mesmas. Podemos dizer ainda, que Totenhagen e colaboradores (2012) analisaram a relação que existe, entre os acontecimentos de vida positivos e negativos e as qualidades relacionais positivas e negativas, tendo sido conferido que ambos os tipos de acontecimentos (positivos e negativos), podem trabalhar em conjunto, de maneira a explicar o próprio compromisso relacional.

No que toca à segunda hipótese desta investigação, foram analisadas as diferenças na intimidade e satisfação relacional, comparando os sujeitos mais novos (entre os 40 e os 50 anos), com os sujeitos mais velhos (entre os 51 e os 79 anos). Com base nisto, podemos afirmar que se verificou que os sujeitos mais novos apresentaram um maior Grau de Satisfação com a Intimidade, em comparação com os sujeitos mais velhos, podendo isto estar relacionado com o facto dos primeiros se encontrarem mais satisfeitos, tanto no campo da sexualidade, como no campo da comunicação, na sua relação conjugal (Narciso & Costa, 1996). Porém, observou-se também neste estudo, que os sujeitos mais velhos, tinham mais Tempo de Relacionamento, bem como a Idade do Companheiro era superior. De acordo com estes resultados, podemos mencionar que o que se verificou é congruente com estudos empíricos anteriores, visto que para Prager (1995), os casais mais jovens e também, com menos tempo de relacionamento, exibem níveis distintos de intimidade, relativamente aos cônjuges mais velhos. De acordo com Alarcão (2002), os casais com menos tempo de relacionamento, encontram-se na fase de idealização, isto é, os parceiros colocam de parte as dificuldades existentes na relação, iludindo-se a si próprios e esquecendo-se, por vezes, dos diversos aspetos que menos apreciam no outro, pensando que esse outro, se irá modificar com o passar do tempo de relação, de maneira a satisfazer os seus sonhos e os seus desejos.

No que concerne às três dimensões da Escala, acima referidas, constatou-se não haver diferenças significativas, entre os sujeitos mais novos e os sujeitos mais velhos.

Confirmou-se ser importante compreender os vários efeitos que os acontecimentos de vida podem ter nos diferentes contextos, uma vez que estes são considerados, como sendo experiências transversais à vida do indivíduo, que envolvem mudanças no seu percurso de vida, afetando o

equilíbrio global do mesmo (Ramos, 2004). Desta forma, exige-se uma readaptação psicológica, social e comportamental, por parte do indivíduo (Marshall, 2003). Concluiu-se também, que os diversos estudos e pesquisas realizados acerca desta temática têm como propósito, numa perspectiva clínica, confirmar a existência de uma associação temporal, desde o momento em que o indivíduo experienciou o respectivo acontecimento de vida, exigindo este, respostas sociais e adaptativas, por parte do indivíduo, até ao início da disfuncionalidade (Rabkin & Struening, 1976).

REFERÊNCIAS

- Alarcão, I. (2002). Escola reflexiva e desenvolvimento institucional. Que novas funções supervisivas? In Oliveira-Formosinho, J. *A supervisão na formação de professores I*. Da sala à escolar. Porto: Porto Editora.
- Andrade, A. L., Garcia, A., & Cano, D. S. (2009). Preditores da satisfação global em relacionamentos românticos. *Psicologia: Teoria E Prática*, 11(3), 143-156.
- Baldin, N., & Munhoz, E. M. B. (2011). Snowball (Bola de Neve): Uma técnica metodológica para pesquisa em educação ambiental comunitária. *X Congresso Nacional de Educação (EDUCERE) – I Seminário Internacional de Representações Sociais, Subjetividade E Educação (SIRSSE)*, 1, 329-341.
- Busby, D. M., Christensen, C., Crane, D. R., & Larson, J. H. (1995). A revision of the Dyadic Adjustment Scale for use with distressed and nondistressed couples: Construct hierarchy and multidimensional scales. *Journal of Marital and family Therapy*, 21(3), 289. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1752-0606.1995.tb00163.x>
- Diener, E., Gohm, C. L., Suh, E., & Oishi, S. (2000). Similarity of the relations between marital status and subjective well-being across cultures. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 31, 419-436. <http://dx.doi.org/10.1177/0022022100031004001>
- Hochman, B., Nahas, Xerfan, F., Oliveira F., Santos Ferreira, R., & Masako, L. (2005). Desenhos de pesquisa. *Acta Cir Bras* 20(suppl. 2), 2-9.

- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, method, and research. *Psychological Bulletin*, *118*(1), 3-34. <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.118.1.3>
- Marshall, M. P. (2003). For better or for worse? The effects of alcohol use on marital functioning. *Clinical Psychology Review*, *23*, 959-997. <http://dx.doi.org/10.1016/j.cpr.2003.09.002>
- Narciso, I. S. B. (2002). Janela com vista para a intimidade. *Psychologica*, *31*, 49-62.
- Narciso, I., & Ribeiro, M. T. (2009). *Olhares sobre a conjugalidade*. Lisboa: Coisas de Ler.
- Narciso, I., & Costa, M. E. (1996). Amores Satisfeitos, mas Não Perfeitos. *Cadernos de Consulta Psicológica*, *12*, 115-130.
- Pereira, M.G. (2003). Revised Dyadic Adjustment Scale – Versão de investigação. Artigo não publicado.
- Pocinho, M., & Capelo, M. R. (2009). Vulnerabilidade ao stress, estratégias de coping e auto-eficácia em professores portugueses. *Educação e Pesquisa*, *35*(2) Brasil: Universidade de São Paulo.
- Popovic, M. (2005). Intimacy and its relevance in human functioning. *Sexual and Relationship Therapy*, *20*, 31-49. <http://dx.doi.org/10.1080/14681990412331323992>
- Prager, K. J. (1995). *The psychology of intimacy*. New York: The Guilford Press.
- Rabkin, J. G., & Struening, E. L. (1976). Life events, stress, and illness. *Science*, *194*, 1013-1020.
- Ramos, R. C. (2004). Acontecimentos de vida na infância e a percepção de stress na adultez. Dissertação de Mestrado em Sociologia da Saúde. Universidade do Minho: Braga.
- Totenhagen, C. J., Curran, M. A., Serido, J., & Butler, E. A. (2013). Good days, bad days: Do sacrifices improve relationship quality? *Journal of Social and Personal Relationships*, *30*, 881-900. <http://dx.doi.org/10.1177/0265407512472475>
- Waite, L. J. (1995). Does marriage matter? *Demography*, *32*, 483-507.