

UNIVERSIDADE DE LISBOA  
FACULDADE DE PSICOLOGIA



**PROCESSO DE TOMADA DE DECISÃO DE SEPARAÇÃO  
CONJUGAL**

**Caroline Casal Martins**

**MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA**

**(Secção de Psicologia Clínica e da Saúde / Núcleo de Psicoterapia Cognitiva-  
Comportamental e Integrativa)**

**2014**

UNIVERSIDADE DE LISBOA  
FACULDADE DE PSICOLOGIA



**PROCESSO DE TOMADA DE DECISÃO DE SEPARAÇÃO  
CONJUGAL**

**Caroline Casal Martins**

**Dissertação Orientada pela Prof.<sup>a</sup> Doutora Maria Helena Santos Afonso**

**MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA**

**(Secção de Psicologia Clínica e da Saúde / Núcleo de Psicoterapia Cognitiva-  
Comportamental e Integrativa)**

**2014**

## **Agradecimentos**

Ao longo do meu percurso académico muitos foram os que contribuíram para que conseguisse ultrapassar cada etapa envolvida neste percurso. Agradeço por isso:

**À minha orientadora, a Prof.<sup>ª</sup>. Dra. Helena Afonso**, pelo apoio, disponibilidade e conhecimento transmitido. Agradeço também a possibilidade de desenvolvimento de competências de autonomia e crescimento pessoal, que me tornaram, certamente, numa pessoa mais capaz.

**Aos meus pais**, por sempre me terem apoiado em todos os momentos da minha vida, não tendo sido este diferente.

**À Melissa, minha irmã**, por sempre ter estado ao meu lado em todas as fases da minha vida, tendo nesta etapa sido fundamental o amor, apoio e orgulho por mim demonstrados.

**Ao Miguel**, por caminhar junto a mim há mais de seis anos e ser um dos grandes “pilares” da minha vida.

**À “mami” (avó)**, por me ter “deixado” fisicamente neste percurso mas por estar a olhar por mim lá “em cima”.

**À “equipa”** que me acompanhou nestas últimas “férias” e que tão importante foi para mim, pelo apoio, carinho, motivação e por todos os momentos que passamos juntas. Angélica, Catarina, Joana e Patrícia, sem dúvida que tornaram este caminho bem mais fácil de percorrer.

**Às amigas**, que conheci ao longo deste percurso, e que tão importantes foram e são para mim: Ana, Inês, Joana, Lambuça, Marta, Raquel, Rita, Rodrigues, Sara e Sílvia.

**À Associação Para a Igualdade Parental e Direitos dos Filhos**, por sempre se ter disponibilizado a divulgar o meu estudo e porque sem a sua ajuda a realização deste estudo não teria sido possível.

**À Catarina Gomes**, pelo apoio na parte estatística e por me ajudar na “luta” com o SPSS.

**A todas as pessoas que participaram e/ou divulgaram o meu estudo e que tornaram possível a realização da minha monografia.**

## Resumo

O processo de dissolução de uma relação conjugal desenrola-se através de diferentes períodos: período pré-separação (fase de tomada de decisão), período de separação (fase de transição) e período pós-separação (fase de reestruturação). Cada uma destas fases relaciona-se entre si e envolve um conjunto de exigências e tarefas individuais e relacionais com implicações no funcionamento familiar. Durante o período pré-separação, caracterizado pelo aumento da insatisfação conjugal e análise de custos e benefícios da separação, ocorre uma das decisões mais difíceis e complexas na vida dos indivíduos, a decisão de terminar uma relação conjugal. Com o propósito de contribuir para uma compreensão do processo de tomada de decisão de separação conjugal, o presente estudo tem como objetivo descrever e analisar diversos componentes envolvidos nesse processo, nomeadamente o percurso temporal, os benefícios e custos do término da relação, as causas e atribuições de responsabilidade da separação conjugal, o estilo de tomada de decisão e o grau de dificuldade e satisfação com a decisão. Pretende-se ainda determinar variações nesses componentes em função do género. A recolha de dados foi feita através de uma plataforma *online* que disponibilizava os instrumentos de avaliação, tendo sido obtida uma amostra de 62 indivíduos, de ambos os sexos, que tomaram a iniciativa de terminar as suas relações conjugais. De uma forma geral, os resultados revelam relações significativas entre os diversos componentes envolvidos no processo de tomada de decisão de separação conjugal, apontando também para diferenças significativas entre homens e mulheres. Apresentam-se algumas implicações para a prática clínica e sugestões para futuras investigações.

**Palavras-Chave:** separação conjugal; tomada de decisão; processo de tomada de decisão de separação conjugal; diferenças de género.

## **Abstract**

The dissolution process of a marital relationship unfolds through different periods: the pre-separation period (decision-making phase), the separation period (transition phase), and the post-separation period (restructuring phase). Each one of these phases relates between themselves and involves a set of both individual and relational requirements and tasks with implications on family functioning. During the pre-separation period, characterized by the increase of marital dissatisfaction, costs analysis and benefits of separation, occurs one of the hardest and complex decisions in the lives of the individuals, the decision to terminate a marital relationship. With the purpose of contributing to a comprehension of the decision-making process of marital separation, the present study aims to describe and analyze various components involved in that same process, namely the temporal course, the benefits and the costs of the relationship termination, the causes and responsibility assignments of the marital separation, the style of decision-making, the degree of difficulty and the satisfaction with the decision made. It is also intended to determine variations in those components by gender. The data collection was done through an online platform which provided the evaluation instruments, it was obtained a sample of 62 individuals, of both genders, who took the initiative of ending their marital relations. In general, the results reveal significant relations between the various components involved in the decision-making process of marital separation, pointing also to significant differences between men and women. There are presented some implications for clinical practice and suggestions for future research.

**Key-Words:** marital separation; decision-making; decision-making process of marital separation; gender differences.

## Índice Geral

	Página
Resumo .....	<i>ii</i>
Abstract .....	<i>iii</i>
1. Introdução .....	1
2. Revisão de Literatura .....	4
2.1. Desenvolvimento e manutenção das relações conjugais .....	4
2.2. Deterioração e dissolução das relações conjugais .....	7
2.3. Processo de tomada de decisão .....	11
2.3.1. Tomada de decisão de separação conjugal.....	12
3. Metodologia .....	16
3.1. Objetivos e natureza do estudo .....	16
3.2. Obtenção, seleção e caracterização da amostra .....	16
3.3. Instrumentos .....	19
3.3.1. Questionário Sociodemográfico.....	19
3.3.2. Questionário de Tomada de Decisão de Separação Conjugal.....	19
3.3.3. Questionário de Estilos de Tomada de Decisão de Separação Conjugal.....	21
3.4. Procedimento de recolha de dados .....	23
4. Resultados .....	25
4.1. Análise descritiva dos diferentes componentes do processo de tomada de decisão de separação conjugal .....	25
4.2. Análise da relação entre os diferentes componentes do processo de tomada de decisão de separação conjugal .....	30
4.3. Comparação de grupos nos diferentes componentes do processo de tomada de decisão de separação conjugal .....	34
5. Discussão e Conclusões .....	41
Referências Bibliográficas .....	57

## Índice de Quadros

	Página
Quadro 1. <i>Caracterização da Amostra</i> .....	18
Quadro 2. <i>Consistência interna (alfa de Cronbach) das subescalas do GDMS</i> .....	23
Quadro 3. <i>Valores médios da percepção dos participantes sobre os custos do término da relação</i> .....	27
Quadro 4. <i>Valores médios da percepção dos participantes sobre os benefícios do término da relação</i> .....	28
Quadro 5. <i>Valores médios da percepção dos participantes sobre as razões para a dissolução da relação conjugal</i> .....	29
Quadro 6. <i>Diferenças entre homens e mulheres nos custos do término da relação</i> .....	37
Quadro 7. <i>Diferenças entre homens e mulheres nos benefícios do término da relação</i>	38
Quadro 8. <i>Diferenças entre homens e mulheres nas razões para a dissolução da relação conjugal</i> .....	39
Quadro 9. <i>Diferenças entre homens e mulheres nos estilos de tomada de decisão</i> .....	40

## **Anexos**

Anexo A – Questionário Sociodemográfico

Anexo B – Questionário de Tomada de Decisão de Separação Conjugal

Anexo C – Questionário de Estilos de Tomada de Decisão de Separação Conjugal

Anexo D – Saturação dos itens resultante da análise de componentes principais do Questionário de Estilos de Tomada de Decisão de Separação Conjugal

Anexo E – Consentimento informado

Anexo F – Correlações entre o percurso temporal e outros componentes do processo de tomada de decisão de separação conjugal

Anexo G – Correlações entre as causas e outros componentes do processo de tomada de decisão de separação conjugal

Anexo H – Correlações entre estilos de tomada de decisão e outros componentes do processo de tomada de decisão de separação conjugal

## 1. Introdução

O estabelecimento de relações íntimas na vida adulta tem-se revelado fundamental para o bem-estar dos indivíduos (Demir, 2008; Gere & MacDonald, 2010; Johnson, Kent & Yale, 2012). As dimensões de qualidade e estabilidade relacionais estão interrelacionadas e envolvem diferentes componentes, como a satisfação e o compromisso na relação, e a confiança nos parceiros. Estes componentes relacionais são essenciais para se compreender os processos de desenvolvimento, manutenção e término das relações amorosas (Adams & Jones, 1999; Amato, 2010; Amato & Hohmann-Marriott, 2007; Broman, 2002; Rempel, Ross & Holmes, 2001; Rusbult & Buunk, 1993; Rusbult, Coolsen, Kirchner & Clarke, 2006).

A decisão de terminar uma relação amorosa apresenta-se como uma das mais difíceis e complexas na vida dos indivíduos, envolvendo uma análise de custos e benefícios associados à continuidade ou dissolução da relação. Segundo a teoria da troca social nas relações interpessoais os indivíduos tentam maximizar os ganhos e minimizar os custos das suas interações, avaliando os atrativos de uma relação, a existência de potenciais alternativas à mesma e as barreiras para o seu término (Cook & Rice, 2003). Deste modo, a teoria da troca social tem sido uma das mais usadas para compreender o processo de terminar uma relação conjugal e de tomada de decisão da separação, em que os membros do casal avaliam os custos e benefícios associados a permanecer na relação ou a terminá-la. De uma forma geral, relações caracterizadas por um baixo nível de atratividade, um número reduzido de barreiras e a existência de alternativas atrativas à relação, têm maior probabilidade de terminarem (Amato, 2010; Amato & Previti, 2003; Levinger, 1965, 1976; Newcomb & Bentler, 1981; Rodrigues, Hall & Fincham, 2006). As mulheres tendem a ser mais proactivas no processo de tomada de decisão de separação conjugal e percecionam-se, mais frequentemente, como iniciadoras desse processo. Apresentam mais pensamentos sobre o desejo de terminar a relação e manifestam mais comportamentos associados a essa possibilidade (*e.g.*, falar com pessoas próximas) (Baum, 2007; Broman, 2002; Duck & Wood, 2006; Féres-Carneiro, 2003; Hewitt, Western & Baxter, 2006; Kitson, 1992).

A separação conjugal tem sido apresentada na literatura não como um acontecimento singular mas como um processo dinâmico de mudanças múltiplas que ocorre ao longo do tempo através de uma progressão de estádios. O processo de terminar uma relação conjugal e de estabelecer um novo estilo de vida desenrola-se através de diferentes períodos: período pré-separação (fase de tomada de decisão),

período de separação (fase de transição) e período pós-separação (fase de reestruturação). Cada uma destas fases relaciona-se entre si e envolve um conjunto de exigências e tarefas individuais e relacionais com implicações no funcionamento individual e familiar (Ahrons, 1994; Duck & Wood, 2006; Rollie & Duck 2006; Textor, 1989).

Os estudos sobre indivíduos e famílias em processo de separação conjugal/divórcio têm-se concentrado sobretudo nos períodos de separação e pós-separação, existindo uma maior escassez de trabalhos sobre o período pré-separação que se apresenta como um prelúdio importante das fases posteriores. Dada a inter-relação existente entre os diferentes períodos do percurso dos indivíduos ao longo do processo de término da relação conjugal, parece pertinente conhecer melhor a fase de tomada de decisão pelas implicações que pode ter nas tarefas envolvidas nas fases posteriores. A compreensão da forma como é experienciada a fase de tomada de decisão pode ajudar a delinear intervenções mais apropriadas, dirigidas a indivíduos e famílias que se confrontam com a separação conjugal, nomeadamente a nível do desenvolvimento de relações coparentais funcionais.

Assim, o propósito do presente estudo de natureza exploratória é compreender o processo de tomada de decisão que ocorre no período pré-separação. Dado este propósito estabeleceram-se como principais objetivos descrever e analisar componentes da tomada de decisão da separação conjugal, na perspetiva do indivíduo que tomou a iniciativa dessa decisão, avaliando-se: o percurso temporal e os estilos de tomada de decisão, as tentativas de resolução das dificuldades conjugais, as causas e atribuições de responsabilidade da separação conjugal, os benefícios e custos do término da relação e ainda, os graus de dificuldade e satisfação dessa decisão. Pretende-se ainda determinar variações nestes vários componentes em função do género.

Deste modo, foi elaborado um questionário de Processo de Tomada de Decisão de Separação Conjugal, que inclui variáveis com relevância empírica apresentadas na literatura consultada. Para complementar os dados recolhidos através deste questionário, os estilos de tomada de decisão foram avaliados através do *General Decision-Making Style Inventory* (GDMS, Scott & Bruce, 1995, versão traduzida para este estudo).

Foi obtida uma amostra de conveniência, constituída por sessenta e dois indivíduos de ambos os sexos que preencheram cumulativamente os seguintes critérios: a) ter mais de 18 anos, nacionalidade portuguesa e como língua materna o Português; b) ter sido casado(a) ou vivido em união de facto apenas uma vez e essa coabitação ter sido

igual ou superior a 6 meses, tendo tido a iniciativa na decisão de separar-se do seu ex-parceiro/da sua ex-parceira; c) estar separado(a), há menos de 3 anos, não vivendo na mesma casa que o ex-parceiro/ex-parceira, e não ter voltado a casar ou viver em união de facto após a separação conjugal (não existir coabitação com novos parceiros); d) não ter, atualmente, acompanhamento psicológico, psicoterapêutico ou psiquiátrico. Os sujeitos preencheram os instrumentos de avaliação numa plataforma *online*. Para o tratamento estatístico dos dados recolhidos recorreu-se ao *Statistical Package for Social Sciences (SPSS) 22* (SPSS Inc., Chicago, IL) e foram efetuadas análises descritivas, análises de correlações e comparação de grupos.

## 2. Revisão de Literatura

### 2.1. Desenvolvimento e manutenção das relações conjugais

O estabelecimento de relações íntimas é importante para o bem-estar dos indivíduos, sendo a literatura proeminente em considerar que os indivíduos apresentam uma motivação básica de estabelecimento de relações com outros significativos, que resulta das necessidades de afiliação e inclusão, ligadas à procura de proximidade (Demir, 2008; Dwyer, 2000; Gere & MacDonald, 2010; Johnson et al., 2012).

A intimidade é apresentada como uma componente fundamental para o estabelecimento e desenvolvimento das relações amorosas. O processo interpessoal de intimidade, enquanto processo recíproco, depende da expressão pessoal ao outro (auto-revelação) e também da resposta dos parceiros a essa expressão (responsividade) (Laurenceau & Kleinman, 2006; Reis & Shaver, 1988). O processo é iniciado quando uma pessoa expressa e revela sentimentos, informações pessoais e objetivos a outra. Para as interações se tornarem íntimas, os indivíduos devem perceber afeto positivo (*e.g.*, a pessoa que divulgou informação deve sentir-se apreciada pela outra) e compreensão (*e.g.*, a pessoa que divulgou informação deve sentir-se aceita, compreendida e validada pela outra) (Costa, 2005; Prager, 2000).

À medida que as interações se desenvolvem vão dando origem a sentimentos de amor (Dindia, 2000). Tendo em conta a *teoria triangular do amor*, este é conceptualizado como sendo constituído por três componentes: a) *paixão* (a componente motivacional que envolve a atração física, o desejo sexual e ativação fisiológica); b) *intimidade* (a componente emocional que envolve a partilha, a compreensão e conhecimento mútuo e o apoio emocional); e c) *compromisso* (a componente cognitiva que envolve a decisão a curto-prazo de que se ama alguém e a decisão a longo-prazo de compromisso em manter esse amor) (Sternberg, 1986, 2006).

O processo de desenvolvimento de relações românticas na vida adulta tem sido visto como sendo semelhante ao desenvolvimento de laços emocionalmente significativos entre a criança e o(s) seu(s) cuidador(es). Nas interações com os cuidadores os indivíduos desenvolvem representações internas sobre si próprios e sobre os outros que incluem pensamentos, sentimentos, expectativas e comportamentos que os guiam no desenvolvimento de relações futuras. Assim, os modelos representacionais que se começam a formar na infância, funcionam como protótipos de relações futuras. (Bartholomew & Horowitz, 1991; Bowlby, 1969, 1982). As relações românticas

estabelecem-se então através da formação de laços afetivos entre indivíduos e a natureza desses laços tem um papel importante no desenvolvimento, manutenção e até na dissolução das relações (Bradbury & Karney, 2010; Feeney, 2008; Finzi, Cohen & Ram, 2000; Fletcher, Simpson, Campbell & Overall, 2013; Martínez-Álvarez, Fuertes-Martín, Orgaz-Baz, Vicario-Molina & González-Ortega, 2014; Mikulincer, & Shaver, 2007).

A intimidade, componente fundamental para a construção das relações amorosas, advém das experiências de vinculação e reflete a necessidade de os indivíduos se sentirem cuidados e unidos aos parceiros. Contudo, para além da necessidade de intimidade ou proximidade, os indivíduos apresentam a necessidade de identidade ou autonomia, mais focadas nas necessidades individuais de realização pessoal e controlo. O desenvolvimento e manutenção de relações saudáveis encontra-se associado à regulação da satisfação destas necessidades de intimidade e identidade. Assim, é importante nas relações conjugais os indivíduos atenderem às suas necessidades (“eu”), às dos parceiros (“tu”) e às da relação (“nós”). O equilíbrio destas necessidades é essencial para o desenvolvimento e manutenção das relações conjugais, uma vez que o seu desequilíbrio aumenta a probabilidade de dissolução conjugal (Greenberg & Goldman, 2008; Lavy, Mikulincer & Shaver, 2010).

O processo de manutenção relacional ao longo do tempo, encontra-se dependente de diferentes condições: a qualidade (*e.g.*, satisfação) e estabilidade da relação (*e.g.*, compromisso e confiança), e a capacidade de “reparação relacional” (*e.g.*, resolução de problemas) (Canary & Daiton, 2006; Dindia, 2000).

Parece existir pouco consenso quanto aos componentes das dimensões de qualidade e de estabilidade das relações dado a sua sobreposição. Contudo, de um modo geral, a literatura refere que o nível de satisfação na relação é o que melhor representa a dimensão de qualidade conjugal. O compromisso na relação e a confiança nos parceiros inserem-se na dimensão de estabilidade (Adams & Jones, 1999; Narciso & Ribeiro, 2009; Wieselquist, Rusbult, Foster & Agnew, 1999).

O conceito de qualidade relacional pode ser definido pela avaliação subjetiva que cada parceiro faz da sua relação conjugal (Spanier & Lewis, 1980). Assim, um nível elevado de qualidade conjugal, encontra-se relacionado com uma boa adaptação à relação, uma comunicação adequada entre o casal, e um nível elevado de satisfação conjugal.

O conceito de satisfação conjugal pode estar relacionado com a satisfação de necessidades e desejos mas também corresponder, em maior ou menor grau, às expectativas dos parceiros (Norgren, Mantilla de Souza, Kaslow, Hammerschmidt & Sharlin, 2004). Assim, a satisfação conjugal envolve a capacidade de dar e receber, encontrando-se ligada a sentimentos de bem-estar, felicidade, companheirismo, afeto e segurança, sendo que estes são fatores propícios à intimidade (Bradbury, Fincham & Beach, 2000; Norgren et al., 2004).

O compromisso, como um componente da dimensão de estabilidade relacional, tem sido definido pelo *compromisso por dedicação* e pelo *compromisso forçado*. O *compromisso por dedicação* refere-se ao desejo intrínseco de um indivíduo manter ou melhorar a relação estabelecida com os parceiros. O *compromisso forçado* refere-se aos constrangimentos (“forças”) internos e externos que dificultam a dissolução da relação, mesmo que o indivíduo o deseje (*e.g.*, questões financeiras, pressão social ou familiar, dúvidas sobre a existência de alternativas à relação) (Narciso & Ribeiro, 2009; Stanley & Markman, 1992).

O *modelo de investimento* de Rusbult e colaboradores desenvolve-se à volta do conceito de compromisso, que se refere à intenção de um indivíduo se manter numa relação (Rusbult & Buunk, 1993; Rusbult et al., 2006). De acordo com este modelo, o compromisso é a experiência subjetiva dos indivíduos relativamente à relação existente entre os seguintes fatores: 1) o nível de satisfação conjugal; 2) a qualidade percebida das alternativas à relação; e 3) os recursos intrínsecos (*e.g.*, tempo e vivências emocionais) e extrínsecos (*e.g.*, amigos comuns, memórias partilhadas) investidos na relação. Um indivíduo com um elevado nível de satisfação relacional, com uma percepção de inexistência de alternativas à relação e um número elevado de recursos investidos na mesma, apresenta um forte grau de compromisso à relação. Consequentemente, um indivíduo com um forte grau de compromisso numa relação conjugal, encontra-se mais motivado para permanecer nela e também para se envolver em comportamentos de manutenção conjugal (Amato & Hohmann-Marriott, 2007; Rusbult & Buunk, 1993).

A confiança, como componente da dimensão de estabilidade relacional, inclui a necessidade dos indivíduos em considerarem os seus parceiros como honestos, previsíveis e interessados no seu bem-estar, baseada na observação da consistência dos comportamentos e características dos parceiros e também das crenças quanto ao futuro da relação. Indivíduos que detêm elevada confiança nos seus parceiros sentem-se mais

seguros de que poderão contar com eles e que as suas necessidades serão satisfeitas. Os indivíduos que manifestam baixa confiança nos seus parceiros estão mais preocupados com as suas relações e tendem a valorizar os comportamentos negativos dos parceiros e a desvalorizar ações positivas destes (Rempel et al., 2001).

Assim, para a promoção dos diferentes componentes relacionais acima referidos, os indivíduos devem ser proativos na manutenção dos seus relacionamentos, isto é, devem adotar comportamentos conscientes e intencionais designados para manter as suas relações. Estes comportamentos devem envolver a comunicação entre o casal sobre a relação e os problemas da mesma, a auto-revelação de sentimentos e necessidades relacionais e tentativas de resolução de problemas (Canary & Dainton, 2006; Dindia, 2000).

No que diz respeito a diferenças de género, as mulheres parecem ser mais proactivas na adoção de comportamentos de manutenção das relações conjugais. Mulheres e homens variam em função da quantidade de tempo passada a pensar sobre a relação conjugal. As mulheres parecem despender mais tempo a pensar sobre diferentes aspetos da relação, comparativamente com os homens. Assim, elas parecem estar mais atentas a alterações na qualidade relacional, e conseqüentemente tendem a envolver-se em mais comportamentos que promovam a manutenção da relação, nomeadamente através da comunicação com os parceiros. Já os homens parecem estar menos atentos a flutuações da relação e parecem evitar comunicar sobre a mesma (Duck & Wood, 2006).

## **2.2. Deterioração e dissolução das relações conjugais**

A deterioração de uma relação conjugal envolve o declínio da atratividade e presença de sentimentos de ambivalência face à relação, assim como o aumento dos conflitos entre o casal. Quando um dos parceiros se sente insatisfeito na relação conjugal, começa a desenrolar-se um processo de *disaffection*, definido como a perda gradual de uma ligação emocional ao cônjuge, o declínio da preocupação e cuidado com o parceiro, e também um sentimento de apatia e indiferença perante o mesmo. O processo de *disaffection*, segundo Kayser e Rao (2006), apresenta três fases distintas. Uma primeira, *fase de desilusão*, em que os indivíduos referem experimentar sentimentos de desapontamento e desilusão para com os parceiros e a relação conjugal, associados às expectativas criadas anteriormente. Embora as crenças, atitudes, comportamentos e traços de personalidade apresentem alguma estabilidade temporal, as

diferentes vivências experienciadas ao longo dos anos vão alterando estas características nos membros do casal. Assim, quando um membro do casal apresenta expectativas muito positivas ou irrealistas sobre os parceiros e/ou sobre a relação conjugal, tende a sentir-se desiludido face a episódios ou comportamentos não expectáveis (Glenn, 1998; Kayser & Rao, 2006; Markman, Rhoades, Stanley, Regan & Whitton, 2010). A comunicação e capacidade de resolução de conflitos entre o casal torna-se importante como forma de colmatar as dificuldades conjugais e lidar com a desilusão (Markman et al., 2010). Porém, quando isto não sucede inicia-se uma nova fase no processo de *disaffection* denominada, *escalada de zanga e dor*. Nesta fase começam a predominar sentimentos de raiva, dor e zanga, as características negativas dos parceiros são sobrevalorizadas, sendo comum os conflitos com o cônjuge. Também é nesta fase que se iniciam os primeiros pensamentos e dúvidas relativamente ao futuro da relação conjugal. Na terceira fase, *fase da apatia e indiferença*, há um distanciamento físico e emocional dos parceiros, os sentimentos de raiva e dor desaparecem e “transformam-se” em apatia.

O modelo explicativo da deterioração das relações conjugais de Duck, considera-a como um processo, de quatro fases, que decorre ao longo do tempo. A primeira fase, de natureza mais *intrapessoal*, é mais interna e envolve a reflexão dos indivíduos sobre diversos aspetos da relação (*e.g.*, comportamentos dos parceiros). A segunda fase, *diádica*, envolve a partilha das preocupações com a relação com os parceiros. Esta partilha pode resultar em tentativas de resolução das dificuldades conjugais, mas se isso não acontece ou quando não é bem-sucedido inicia-se uma terceira fase. A *fase social* implica a comunicação do desejo da dissolução da relação à rede social, tornando público o fim da relação. A última fase implica uma *retrospeção individual* de forma a dar sentido à separação conjugal. Esta retrospeção é importante na aceitação do fim da relação e como preparação do indivíduo para relacionamentos futuros. Assim, a literatura, tem apontado a adição de uma nova fase mais específica ao modelo de Duck, a *fase de “ressurreição”*, que se relaciona com a preparação dos indivíduos relativamente a novos relacionamentos (Duck & Wood, 2006; Finzi et al., 2000; Rollie & Duck, 2006).

Ainda que o processo de *disaffection* aumente a probabilidade de dissolução da relação conjugal, não a implica necessariamente (Kayser, 1996; Kayser & Rao, 2006).

Segundo a *teoria da troca social*, as relações envolvem um processo de trocas, em que indivíduos tentam maximizar ganhos e minimizar custos (Cook & Rice, 2003). A teoria da troca social ajuda a compreender esta dinâmica entre deterioração e

dissolução. Assim, a teoria da troca social tem sido aplicada ao estudo da dissolução das relações conjugais e considera que a coesão e estabilidade de uma relação conjugal depende de três conceitos: as atrações da relação, as barreiras para a terminar e a presença de potenciais alternativas à relação (Levinger, 1965, 1976; Previti & Amato, 2003). O nível de atratividade aos parceiros é proporcional às recompensas recebidas na relação menos os custos envolvidos no relacionamento. As recompensas incluem aspectos apreciados nas relações e podem ser de três tipos: material (*e.g.*, casa própria e rendimento familiar), simbólico (*e.g.*, estatuto social e profissional) e afetivo (*e.g.*, apoio, confiança, afeto positivo, satisfação sexual, segurança emocional, respeito) (Knoester & Booth, 2000; Levinger, 1965; Newcomb & Bentler, 1981; Previti & Amato, 2003). Por outro lado, os custos de uma relação associam-se aos aspectos não apreciados nas relações como um relacionamento contínuo de efeitos dolorosos (*e.g.*, agressões verbais ou físicas), ou efeitos indesejáveis (*e.g.*, perda de liberdade) (Knoester & Booth, 2000; Previti & Amato, 2003). Assim, as pessoas encontram-se motivadas para permanecerem numa relação conjugal, quando as recompensas são altas e os custos baixos (Levinger, 1965, 1976; Previti & Amato, 2003). As barreiras funcionam como “forças” que dificultam os indivíduos de terminarem as suas relações, isto é, associam-se aos custos de terminar uma relação. As barreiras podem ser, igualmente, de três tipos: material (*e.g.*, custos financeiros, possibilidade de perda de bens materiais), simbólico (*e.g.*, sentido de compromisso com a relação conjugal, crenças religiosas e pressões sociais) e afetivo (*e.g.*, existência de filhos) (Levinger, 1965, 1976; Newcomb & Bentler, 1981; Rusbult et al., 2006). As alternativas, referem-se à atratividade de potenciais alternativas exteriores à relação. Quanto maior o número e a “força” dessas alternativas, maior a probabilidade de dissolução da relação (Newcomb & Bentler, 1981). As alternativas, quando existem, tendem a facilitar a tomada de decisão dos indivíduos e podem, igualmente, ser de tipo material (*e.g.*, aumento da independência social e económica), simbólico (*e.g.*, sentimento de liberdade para a auto-atualização) e afetivo (*e.g.*, existência de outros parceiros).

Quando os indivíduos se sentem insatisfeitos e percecionam a relação como trazendo mais custos do que ganhos começam a considerar a possibilidade de término da relação conjugal e assim há uma maior probabilidade de dissolução da relação. Contudo, apesar de haver maior probabilidade de dissolução de uma relação conjugal quando esta é insatisfatória, ela pode permanecer muitas vezes “intacta” quando os custos de terminar a relação são mais elevados do que permanecer nela. Assim, apesar

da baixa qualidade da relação os indivíduos pode permanecer nela por diversas razões: aspetos suficientemente atrativos na relação que os motiva a manter-se nela, confronto com barreiras que aumentam os custos da dissolução, ou ainda, as alternativas à relação serem tão limitadas que a relação conjugal vale a pena ser preservada.

As relações conjugais podem, assim, ser classificadas em quatro tipos em função dos componentes de satisfação e estabilidade: 1) satisfatórias e estáveis; 2) satisfatórias e instáveis; 3) insatisfatórias e estáveis; e 4) insatisfatórias e instáveis. O nível de satisfação de uma relação conjugal é influenciado pelo nível de atratividade da relação (recompensas menos custos), enquanto a estabilidade depende das barreiras e alternativas atrativas à relação (Newcomb & Bentler, 1981; Rodrigues et al., 2006). Assim:

- 1) Uma relação satisfatória e estável, parece relacionar-se com um elevado nível de atratividade, um elevado número de barreiras e a inexistência de alternativas atrativas à relação.
- 2) Uma relação satisfatória mas instável, pode estar relacionada com um nível de atratividade adequado, mas com um pequeno número de barreiras e existência de alternativas à relação conjugal.
- 3) Uma relação insatisfatória e estável, pode estar relacionada por um baixo nível de atratividade, um elevado número de barreiras e a inexistência de alternativas atrativas à relação.
- 4) Uma relação insatisfatória e instável, caracteriza-se por um baixo nível de atratividade, um pequeno número de barreiras e a existência de alternativas atrativas à relação.

De uma forma geral, pode considerar-se a existência de uma maior probabilidade de separação conjugal em relações insatisfatórias e instáveis, isto é, caracterizadas por um baixo nível de atratividade, um pequeno número de barreiras e a existência de alternativas atrativas à relação (Newcomb & Bentler, 1981; Rodrigues et al., 2006).

No que concerne a diferenças de género alguns dados apontam para a importância de fatores do tipo económico para as mulheres (*e.g.*, segurança económica, custos económicos de uma possível separação conjugal), e de fatores de tipo mais afetivo para os homens (*e.g.*, principalmente centrados na satisfação sexual) como explicativos para a relação não ser terminada. A existência de filhos parece ser um fator muito importante considerado para ambos os sexos para manter uma relação apesar de

insatisfatória. Em relação às alternativas relacionais, algumas investigações indicam que o sentimento de liberdade e autonomia encontra-se mais presente nas mulheres (Gadalla, 2008; Heaton & Blake, 1999; Kalmijn & Poortman, 2006; Sprecher, 2002; Yoo, Bartle-Haring, Day & Gangamma, 2014).

### **2.3. Processo de tomada de decisão**

Independentemente da natureza das situações, um processo de tomada de decisão envolve múltiplos fatores de natureza: cognitiva, comportamental, emocional e social. Este processo inicia-se quando os indivíduos reconhecem uma discrepância entre um estado atual e um estado que se quer atingir (objetivo). Assim, o processo de tomada de decisão envolve a identificação e avaliação de várias opções que potenciem a redução dessa discrepância, a seleção e planeamento de um curso de ação, a implementação de ações necessárias, a avaliação das consequências dessas ações; e, o processamento e armazenamento do feedback relativo à eficácia da ação (Klaczynski, Byrnes & Jacobs, 2001; Miller & Brynes, 2001; Payne, Bettman & Johnson, 1993; Sari, 2008).

A eficácia da tomada de decisão parece associar-se aos estilos de tomada de decisão que podem ser definidos como a resposta padrão habitual exibida por um indivíduo quando confrontado com uma dada situação (Dewberry, Juanchich & Narendran, 2013b; Scott & Bruce, 1995). Assim, os estilos são variáveis fundamentais a considerar num processo de tomada de decisão, na medida em que apresentam um bom poder preditivo relativamente às estratégias utilizadas pelos indivíduos para tomarem decisões no seu dia-a-dia (Dewberry, Juanchich & Narendran, 2013a, 2013b; Leykin & DeRubeis, 2010).

Scott e Bruce (1995), identificaram cinco estilos de tomada de decisão, definidos em termos comportamentais: estilos *racional*, *intuitivo*, *dependente*, *evitante e espontâneo*. O estilo racional caracteriza-se pela procura extensiva de informação e avaliação lógica de alternativas. O estilo intuitivo caracteriza-se por uma tendência dos indivíduos em confiarem nos seus palpites e sentimentos. No estilo dependente é característico a procura das opiniões e conselhos de outras pessoas, bem como a tendência em guiar-se pelos outros. O estilo evitante associa-se a uma tendência dos indivíduos em evitarem uma tomada de decisão e a apresentarem comportamentos de procrastinação. O estilo espontâneo, associado à espontaneidade e à duração de tomada

de decisão, é caracterizado por uma tendência à imediatividade e desejo de tomar uma decisão o mais rápido possível.

Parecem existir relações consistentes entre os estilos de tomada de decisão, nomeadamente: indivíduos mais racionais tendem a ser menos evitantes; indivíduos mais dependentes tendem a ser mais evitantes; indivíduos mais racionais tendem a ser menos espontâneos; e, por último, indivíduos mais espontâneos tendem a ser também mais intuitivos. Apesar da relação existente entre eles, há estilos mais proeminentes nos indivíduos e são estes que melhor caracterizam e refletem as estratégias usadas para lidarem com decisões importantes que parecem não diferir entre homens e mulheres (Scott & Bruce, 1995; Gambetti, Fabbri, Bensi & Tonetti, 2008; Loo, 2000; Leykin & DeRubeis, 2010).

### **2.3.1. Tomada de decisão de separação conjugal**

A separação conjugal é um processo de transição complexo e dinâmico que se desenrola ao longo de diferentes fases: fase pré-separação, fase de separação e fase pós-separação. Na primeira fase desenrola-se o processo de tomada de decisão de separação conjugal. Na segunda fase formaliza-se o processo de separação com o estabelecimento de acordos sobre bens, cuidados dos filhos e responsabilidades parentais. A última fase, pós-separação, envolve o estabelecimento de novos padrões de relacionamento familiar na ausência de laço conjugal e uma redefinição e consolidação da identidade dos indivíduos e da família. Cada uma destas fases relaciona-se entre si e envolve um conjunto de exigências e tarefas individuais e relacionais com implicações no funcionamento dos indivíduos e sistema familiar. Assim, a forma como os indivíduos experienciam a primeira fase (fase pré-separação), influenciará as fases posteriores (Ahrons, 1994; Duck & Wood, 2006; Melichar & Chiriboga, 1985; Rollie & Duck 2006; Textor, 1989). Alguns autores revelam que as reconciliações estão associadas ao facto de os indivíduos se arrependem da decisão de separação e sugerem que o processo de tomada de decisão nestas situações pode não ter sido bem considerado, reforçando a importância desta fase sobre as posteriores (Hawkins, Willoughby & Doherty, 2012).

Durante a fase de pré-separação ocorre uma deterioração da relação conjugal, com uma diminuição dos níveis de satisfação conjugal. Este período, essencialmente intrapessoal, é caracterizado por um processo psicológico interno de reconhecimento da relação conjugal como insatisfatória que envolve aspetos cognitivos, comportamentais e

emocionais que sugerem a possibilidade de consideração do fim da relação conjugal. Os aspectos cognitivos relacionam-se com o reconhecimento da relação conjugal como insatisfatória, as preocupações relativamente à situação conjugal e os pensamentos sobre a possibilidade de separação conjugal. Em termos comportamentais são característicos os conflitos conjugais, o afastamento entre os parceiros, o declínio da comunicação e realização de atividades prazerosas entre o casal, havendo a diminuição do investimento e compromisso relacionais. Em termos emocionais são característicos os sentimentos de desilusão, dor, raiva, zanga, inadequação e ambivalência. Neste período pode haver tentativa de resolução das dificuldades conjugais através da comunicação das mesmas ao(à) parceiro(a), da procura de ajuda profissional (*e.g.*, psicólogos, médicos) e da procura de ajuda de pessoas próximas (*e.g.*, familiares, amigos, colegas de trabalho). Face à inexistência de tentativas ou quando os indivíduos têm a percepção de que estas não estão a surtir “efeito”, inicia-se um novo momento desta fase (Ahrons, 1994; Duck & Wood, 2006; Rollie & Duck 2006; Textor, 1989). Inicia-se assim um conflito decisional, em que os indivíduos analisam a sua situação marital, avaliando os custos e benefícios de uma possível separação conjugal. A duração da tomada de decisão de separação conjugal pode demorar meses ou anos, iniciando-se ao surgir dos primeiros pensamentos de separação conjugal, seguido da tomada de decisão de separação, comunicação desta ao(à) parceiro(a) e separação física com a saída de um dos membros do casal da residência habitual. Algumas investigações encontraram relação entre o percurso temporal da fase pré-separação e os níveis de adaptação e funcionamento em fases posteriores. Assim, indivíduos que demoram mais tempo a tomarem a decisão de se separarem encontram-se melhor preparados psicologicamente, apresentando maior facilidade na resolução das diferentes tarefas emocionais e instrumentais que a fase pós-separação implica, tais como: aceitação da perda emocional e de papel (estatuto), ajustamento e integração social e, no caso de existirem filhos, o estabelecimento de uma aliança coparental funcional (Kitson, 1992; Lamela, Figueiredo & Bastos, 2014; Melichar & Chiriboga, 1985; Rollie & Duck, 2006).

A decisão de terminar uma relação conjugal pode ser de dois tipos: 1) unilateral, em que apenas um membro do casal deseja terminar a relação, iniciando e tomando essa decisão; e 2) bilateral, em que os elementos do casal tomam a decisão em conjunto. A percepção de grau de envolvimento na decisão de separação conjugal é relativamente subjetiva, contudo, os indivíduos tendem a posicionar-se nessa decisão: a decisão do(a)

próprio(a), do(a) parceiro(a) ou de ambos (Baum, 2007; Hewitt, 2009; Hewitt et al., 2006).

Iniciadores e não iniciadores encontra-se frequentemente em fases diferentes do processo de separação conjugal, isto é, os iniciadores já refletiram sobre os problemas da relação, apresentando por isso uma percepção de controlo sobre a separação e aceitação da mesma. Já os não iniciadores são muitas vezes “apanhados” de surpresa, uma vez que não experienciaram momentos reflexivos sobre a situação relacional e quando confrontados com a separação conjugal não estão “preparados” como acontece com os iniciadores. A separação conjugal parece ser difícil para os iniciadores uma vez que também representa perdas (perda do(a) parceiro(a), de estatuto (papel), das rotinas familiares). Os não-iniciadores para além da perda, confrontam-se com a difícil tarefa de aceitar a realidade da separação e tentar consciencializar-se das dificuldades conjugais que levaram à deterioração e dissolução da relação. Em termos emocionais, nos não-iniciadores são característicos os sentimentos de choque e/ou rejeição, e nos iniciadores sentimentos de culpa e/ou alívio (Amato & Previti, 2003; Baum, 2003, 2007; Buehler, 1987; Hewitt et al., 2006; Symoens, Bastais, Mortelmans & Barcke, 2013; Wang & Amato, 2000).

Os problemas relacionais dos indivíduos são muitas vezes referidos como as causas que levam à separação conjugal, isto é, as razões percecionadas pelos indivíduos que contribuíram para o fim das suas relações conjugais (Amato & Rogers, 1997). De um modo geral, as razões que contribuem para a ocorrência da separação agrupam-se em três categorias: 1) natureza afetiva; 2) comportamentos abusivos; e 3) pressões exteriores. As razões de natureza afetiva englobam os problemas de comunicação, a incompatibilidade, a perda de amor/afeto e infidelidade. Relativamente aos comportamentos abusivos, são característicos, a violência física e psicológica, e os comportamentos aditivos (*e.g.*, álcool, drogas, jogo). As pressões exteriores, referem-se aos problemas financeiros, a dificuldade em conciliar vida familiar e vida profissional, a interferência de familiares ou amigos e os problemas de saúde. (Amato & Previti, 2003; Amato & Rogers, 1997; Cleek & Pearson, 1985; Cohen & Finzi-Dottan, 2012; Rasmussen & Ferrano, 1979; Scott, Rhoades, Stanley, Allen & Markman, 2013; Wolcott & Hughes, 1999).

A atribuição de responsabilidade pela separação conjugal, isto é, os indivíduos conseguirem reconhecer o contributo pessoal que tiveram nas dificuldades relacionais que levaram ao fim da relação conjugal está relacionada com uma melhor adaptação e

aceitação da separação conjugal. Estes indivíduos tenderão a ser mais ativos na resolução de dificuldades conjugais em situações futuras. Por outro lado, os indivíduos que não assumem ter contribuído para a existência de dificuldades conjugais, tendem a fazer atribuições a fatores externos (*e.g.*, parceiro, destino) para explicar o término da relação, assumindo assim um menor controlo sobre as dificuldades conjugais (Baum, 2003; Gray & Silver, 1990; Myers & Booth, 1999).

A literatura também é consistente relativamente às diferenças de género na tomada de decisão de separação conjugal. As mulheres, de uma forma geral, tendem a ser mais proactivas no processo de tomada de decisão do que os homens. Apresentam mais pensamentos sobre a possibilidade de separação face à deterioração da relação, manifestam mais comportamentos associados à separação conjugal (*e.g.*, falar com pessoas próximas sobre os pensamentos) e percecionam-se mais vezes como iniciadoras da decisão de separação conjugal. Em relação às tentativas de resolução das dificuldades conjugais, as mulheres tendem a monitorizar diferentes aspetos da relação conjugal, estando mais conscientes das dificuldades conjugais, e tentando frequentemente resolver conflitos relacionais (*e.g.*, através da comunicação). Já os homens parecem apresentar uma tendência de evitamento às situações de conflito. As mulheres parecem também apresentar um percurso temporal de separação conjugal mais longo do que os homens. No que diz respeito a diferenças de género relativamente às causas que homens e mulheres percecionam como tendo contribuído para a dissolução das suas relações conjugais, os estudos têm demonstrado que as mulheres tendem a considerar razões mais relacionais e emocionais (*e.g.*, falta de amor/perda de intimidade), e os homens razões mais externas à relação (*e.g.*, problemas no trabalho). Adicionalmente, são também as mulheres que parecem atribuir maior responsabilidade ao parceiro pelas dificuldades que levaram à dissolução conjugal, comparativamente aos homens (Amato & Previti, 2003; Baum, 2007; Broman, 2002; Crane, Soderquist & Gardner, 1995; Féres-Carneiro, 2003; Kitson, 1992; Heaton & Blake, 1999; Hewitt et al., 2006; Levinger, 1966; Shy, 2003).

### **3. Metodologia**

#### **3.1. Objetivos e natureza do estudo**

Com o propósito de compreender o processo de tomada de decisão de separação conjugal que ocorre no período pré-separação, delinear-se para o presente estudo de natureza quantitativa e exploratória os seguintes objetivos:

1. Descrever componentes da tomada de decisão da separação conjugal, na perspectiva do indivíduo que tomou a iniciativa dessa decisão, avaliando-se:
  - a) Percurso temporal da decisão;
  - b) Tentativas de resolução das dificuldades conjugais;
  - c) Benefícios e custos do término da relação;
  - d) Grau de dificuldade e satisfação com a decisão de separação conjugal;
  - e) Causas e atribuição de responsabilidade da separação conjugal;
  - f) Estilos de tomada de decisão.
2. Analisar a relação entre estes diferentes componentes da tomada de decisão de separação conjugal;
3. Determinar variações nos vários componentes em função do género.

#### **3.2. Obtenção, seleção e caracterização da amostra**

A obtenção da amostra seguiu um processo de amostragem não probabilístico designado de propagação geométrica ou *snowball* (Marôco, 2011), resultando numa amostragem de conveniência. A amostra foi obtida através de pedidos de colaboração feitos pela autora numa rede social, sendo ainda feita referência para que os participantes difundissem o estudo a sujeitos que preenchessem as condições requeridas. Foi ainda feito um pedido de divulgação do estudo à *Associação para a Igualdade Parental e Direitos dos Filhos* cujo âmbito é a proteção e fomento da igualdade parental, de pais separados ou divorciados, nos seus diferentes níveis de intervenção – legislativo, jurídico, psicológico e mobilização da opinião pública.

Os participantes deviam preencher cumulativamente as seguintes condições: a) ter mais de 18 anos, nacionalidade portuguesa e como língua materna o Português; b) ter sido casado(a) ou vivido em união de facto apenas uma vez e essa coabitação ter sido igual ou superior a 6 meses, tendo tido a iniciativa na decisão de separar-se do seu ex-

parceiro/da sua ex-parceira; c) estar separado(a), há menos de 3 anos, não vivendo na mesma casa que o ex-parceiro/ex-parceira, e não ter voltado a casar ou viver em união de facto após a separação conjugal (não existir coabitação com novos parceiros); d) não ter, atualmente, acompanhamento psicológico, psicoterapêutico ou psiquiátrico.

Os participantes deviam ter sido casados ou vivido em união de facto apenas uma vez, dado que o envolvimento em novas relações poderá influenciar as respostas sobre a experiência associada à tomada de decisão (Booth & Edwards, 1992; Dupuis, 2007; Mirecki, Brimhall & Bramesfeld, 2013). O tempo mínimo de duração da relação de coabitação requerido era seis meses, por ser um critério frequentemente utilizado em estudos sobre dinâmicas relacionais no casamento ou união de facto. Também as relações de casamento e de união de facto foram tidas como equivalentes, uma vez que em ambas está presente uma ligação afetiva entre dois indivíduos que, vivendo sobre o mesmo teto, prosseguem um projeto comum de vida familiar (Alarcão, 2006; Lachance-Grzela & Bouchard, 2009). De forma a garantir que a separação conjugal era recente facilitando a obtenção de dados e não havendo contaminação de outras variáveis, o tempo de separação requerido para a participação foi de três anos, no máximo (Bottom, 2013; Lamela et al., 2014; Textor, 1989).

Neste estudo, participaram sessenta e dois sujeitos (n=62) sendo que 71% (n=44) pertencem ao sexo feminino e 29% (n=18) ao sexo masculino, tal como apresentado no quadro 1. A amplitude de idades dos participantes é dos 21 aos 52 anos (M= 38.1; DP= 6.81). Relativamente ao nível de escolaridade, a maioria dos participantes tem um nível de escolaridade equivalente ao ensino superior (75.8%, n= 47 sujeitos), enquanto 24.2% (n= 15) apresenta um grau de escolaridade a nível do ensino secundário. Quanto ao estatuto relacional atual, a maioria dos participantes (43.5%, n=27) encontra-se separado e não envolvido numa relação amorosa, enquanto 24.2% (n= 15) da amostra são divorciados e não estão envolvidos numa relação amorosa, 19.4% (n=12) divorciados e envolvidos numa relação amorosa, e 12.9% (n= 8) separados e envolvidos numa relação amorosa. Apenas 79% (n=49) dos participantes tem filhos. A média da duração do namoro da amostra é 3.84 anos (DP = 3.68). A duração da relação conjugal varia entre seis meses e 24 anos, sendo que a média da amostra é de 8.9 anos (DP=5.96). A duração da separação conjugal varia entre um mês e trinta e seis meses (M=20.18; DP= 11.92).

## Quadro 1

### Caracterização da Amostra

	Estatística Descritiva	Freq. (%) (n=)
Sexo		
Masculino		29% (n=18)
Feminino		71% (n=44)
Idade (anos)	M = 38.1; DP = 6.81 Mín = 21; Máx = 52	
Nível de escolaridade		
Ensino secundário		24.2% (n=15)
Ensino superior		75.8% (n=47)
Estatuto Relacional Atual		
Separado e não envolvido numa relação amorosa		43.5% (n=27)
Separado e envolvido numa relação amorosa		12.9% (n=8)
Divorciado e não envolvido numa relação amorosa		24.2% (n=15)
Divorciado e envolvido numa relação amorosa		19.4% (n=12)
Filhos		
Não		21% (n=13)
Sim		79% (n=49)
Nº Filhos		
1		48.4% (n=30)
2		29% (n=18)
3		1.6% (n=1)
Idade Filhos (anos)	M = 10.01; DP = 5.94 Mín = 2; Máx = 25	
Duração do namoro (anos)	M=3.84; DP= 3.68 Mín =0.17; Máx = 18	
Duração da relação conjugal (anos)	M = 8.9; DP = 5.96 Mín = 0.5; Máx = 24	
Duração da separação conjugal (meses)	M = 20.18; DP = 11.92 Mín = 1; Máx = 36	

### **3.3. Instrumentos**

Tendo em conta os objetivos propostos para o estudo foi aplicado o seguinte conjunto de instrumentos: Questionário Sociodemográfico, Questionário de Tomada de Decisão de Separação Conjugal e Questionário de Estilos de Tomada de Decisão de Separação Conjugal.

#### **3.3.1. Questionário Sociodemográfico**

Para caracterizar a amostra do estudo, elaborou-se um questionário (Anexo A) que permitia recolher os seguintes dados: sexo, idade, nível de escolaridade, estatuto relacional atual, duração da relação conjugal e da separação conjugal, número e idade dos filhos.

#### **3.3.2. Questionário de Tomada de Decisão de Separação Conjugal**

Para a recolha de dados sobre os diferentes componentes relativos ao processo de tomada de decisão de separação conjugal elaborou-se um questionário para esse efeito (Anexo B). Com base na literatura sobre o tema, os sujeitos foram questionados sobre: a) percurso temporal; b) tentativas de resolução das dificuldades conjugais; c) grau de dificuldade da tomada de decisão de separação conjugal; d) benefícios e custos do término da relação; e) grau de satisfação atual relativamente à decisão de separação conjugal; e f) causas e atribuição de responsabilidade da separação conjugal.

Para a avaliação do percurso temporal da tomada de decisão de separação conjugal elaborou-se um conjunto de questões. Primeiramente, era pedido aos sujeitos que indicassem dentro do período total de coabitação o momento em que tinham surgido: a) o início das dificuldades conjugais; e b) o início dos primeiros pensamentos sobre a possibilidade de separação e com quem foram partilhados esses pensamentos. Posteriormente, era pedido aos sujeitos que indicassem o tempo decorrido entre diferentes pontos característicos do percurso de tomada de decisão de separação conjugal: a) entre o início dos primeiros pensamentos e a decisão de separação conjugal; b) entre a tomada de decisão de separação conjugal e a comunicação dessa decisão ao parceiro; c) entre a comunicação da decisão ao parceiro e a separação física com a saída de um dos membros do casal da residência habitual do casal. Para a avaliação dos períodos de tempo decorridos entre os pensamentos-decisão, decisão-comunicação e

comunicação-saída elaborou-se uma questão com oito alternativas de resposta (*e.g.*, 1 a 3 meses; 3 a 6 meses), das quais os participantes selecionavam uma.

Para avaliar as formas usadas na resolução das dificuldades conjugais, foram oferecidas aos sujeitos cinco alternativas de resposta: 1) Não houve tentativa de resolução dos problemas conjugais; 2) Procura de ajuda de profissionais (*e.g.*, médicos, psicólogos); 3) Procura de ajuda de pessoas próximas (*e.g.*, familiares, amigos); 4) Falar com o parceiro sobre as dificuldades conjugais. 5) Outra forma (Qual?).

Com base nos três componentes principais da teoria da troca social, a avaliação dos custos e benefícios da decisão de terminar a relação foi realizada através de questões sobre as atrações da relação, as barreiras e a presença de potenciais alternativas à relação. A revisão de literatura efetuada permitiu elaborar uma escala com treze itens que se referiam a aspetos que podiam constituir atrações à relação (*e.g.*, sentimentos positivos nutridos pelo parceiro e satisfação sexual) e barreiras ao seu término (*e.g.*, existência de filhos e crenças religiosas). As respostas eram fornecidas através de uma escala tipo *Likert* de cinco pontos (de 1 – “*não dificultou nada*” a 5 – “*dificultou extremamente*”). A avaliação das potenciais alternativas à relação conjugal (*e.g.*, existência de projetos pessoais e existência de relações amorosas) fez-se através de quatro itens que eram respondidos usando uma escala tipo *Likert* de cinco pontos (de 1 - “*não facilitou nada*” a 5 - “*facilitou extremamente*”).

A avaliação da presença ou ausência de situações de separação e posterior reconciliação, foi feita através de uma questão de resposta fechada (“*Sim*” e “*Não*”). No caso afirmativo, pedia-se aos participantes que indicassem o número de vezes de ocorrência de situações de separação-reconciliação.

A percepção dos sujeitos relativamente ao grau de dificuldade da decisão de separação conjugal foi avaliada através de uma questão cuja resposta era obtida através de uma escala tipo *Likert* de cinco pontos (de 1- “*muito fácil*” a 5 – “*muito difícil*”). Da mesma forma, a percepção dos sujeitos relativamente ao grau de satisfação com a decisão de separação conjugal foi avaliada através de uma questão cuja resposta foi obtida com uso de uma escala tipo *Likert* de cinco pontos (de 1 - “*nada satisfeito*” a 5 - “*totalmente satisfeito*”).

A percepção dos sujeitos face ao seu contributo para o fim da relação conjugal, foi avaliada através de uma questão sobre atribuição de responsabilidade respondida através de uma escala tipo *Likert* de cinco pontos (1 – “*devido totalmente ao meu ex-*

parceiro”, 2 – “devido principalmente ao ex-parceiro/à ex-parceira”, 3 – “devido a ambos”, 4 – “devido principalmente a mim” 5 – “devido totalmente a mim”).

Para obter informações sobre o grau em que diferentes motivos contribuíram para a separação conjugal, elaborou-se uma escala com dezassete itens que referiam as causas mais apontadas na literatura para a dissolução das relações íntimas. As razões para a separação conjugal foram englobadas em três categorias seguindo critérios encontrados na literatura: natureza afetiva (*e.g.*, problemas de comunicação e perda de amor/afeto), comportamentos abusivos (*e.g.*, violência física e comportamentos aditivos) e pressões exteriores (*e.g.*, problemas financeiros, dificuldade em conciliar vida familiar e profissional). A resposta era obtida através de uma escala tipo *Likert* de cinco pontos (de 1 - “*não contribuiu nada*” a 5 - “*contribuiu totalmente*”).

### **3.3.3. Questionário de Estilos de Tomada de Decisão de Separação Conjugal**

O estilo de tomada de decisão foi avaliado através do *General Decision-Making Style Inventory* (GDMS, Scott & Bruce, 1995) traduzido para ser usado neste estudo (Anexo C).

O GDMS é constituído por 25 itens que avaliam cinco estilos de tomada de decisão: Racional (*e.g.*, “tomo decisões de forma lógica e sistemática”), Intuitivo (*e.g.*, “confio na minha intuição”), Dependente (*e.g.*, “necessito da ajuda de outras pessoas para tomar decisões”), Evitante (*e.g.*, “frequentemente adio a tomada de decisões”) e Espontâneo (*e.g.*, “tomo decisões rapidamente”). Cada um destes estilos é avaliado através de uma sub-escala de cinco itens. As respostas são dadas usando uma escala tipo *Likert* de cinco pontos (de 1-“*discordo totalmente*” a 5-“*concordo totalmente*”).

A escolha do GDMS como forma de avaliar o estilo de tomada de decisão, deveu-se ao facto de este instrumento ser relativamente simples e de rápido preenchimento, e apresentar boas características psicométricas.

Neste estudo, optou-se por adaptar este instrumento à tomada de decisão de separação conjugal, procedendo-se a algumas alterações ao instrumento original. O tempo verbal de apresentação dos itens foi alterado, dado que se solicitava informações sobre uma decisão que já tinha sido tomada. Foram ainda acrescentadas duas descrições para a apresentação dos itens (“*Na tomada de decisão de me separar...*” e “*A decisão de me separar...*”), de forma a facilitar e direccionar a resposta dos indivíduos para as diferentes formas específicas de decisão da separação conjugal.

Efetou-se uma análise de componentes principais do tipo exploratório com objetivos confirmatórios, uma vez que se poderiam prever, atendendo aos estudos de Scott e Bruce (1995), Loo (2000) e Gambetti, Fabbri, Bensi e Tonetti (2008), os componentes que provavelmente emergiriam. A partir da análise de componentes principais identificaram-se claramente cinco componentes. A saturação dos itens revela a sua organização dentro de cada componente, sendo evidente a correspondência a cada estilo de tomada de decisão (Anexo D). Comparativamente à escala original, apenas se verificou uma alteração num item que apresentou maior saturação na sub-escala estilo intuitivo, em vez de, como expectável, ser na sub-escala estilo espontâneo. Contudo, optou-se por manter este item na sub-escala estilo intuitivo, por considerar-se que poderia ter sido devido à própria tradução do item e por ser um item com uma boa saturação naquela sub-escala (intuitivo).

Os estudos originais de cada uma das cinco subescalas da GDMS, correspondentes a cada um dos cinco estilos de tomada de decisão, revelaram bons níveis de consistência interna, variando entre .77 e .94. O quadro 2 apresenta os valores de consistência interna do GDMS no estudo da sua versão original (Scott & Bruce, 1995), num estudo de avaliação do instrumento (Loo, 2000), num estudo relativo a uma adaptação à população italiana (Gambetti et al., 2008) e no presente estudo. De igual forma, o presente estudo apresenta bons níveis de consistência interna variando de .77 a .86.

## Quadro 2

*Consistência interna (alfa de Cronbach) das subescalas do GDMS*

Subescalas	Estudo Original (Scott & Bruce, 1995)	Estudo de Loo (2000)	Estudo de Gambetti, Fabbri, Bensi e Tonetti (2008)	Presente estudo
Racional	.77	.81	.70	.78
Intuitivo	.83	.79	.76	.82
Dependente	.80	.62	.84	.86
Evitante	.94	.84	.81	.77
Espontâneo	.87	.83	.78	.81

### 3.4. Procedimento de recolha de dados

Numa fase inicial, realizou-se uma aplicação dos instrumentos de avaliação a dez indivíduos que preenchiam as condições de participação neste estudo, de modo a possibilitar reformulações com base nas sugestões desses sujeitos.

Para a obtenção dos dados foi criada uma plataforma *online* (Qualtrics Survey Software®), onde foram disponibilizados os instrumentos de avaliação no período de junho a agosto de 2014. De modo a assegurar a privacidade dos participantes não foi questionada qualquer informação irrelevante para os objetivos do estudo, nem registada informação que possibilitasse a identificação dos sujeitos. A plataforma *online* era acessada através de um endereço eletrónico protegido por uma *password* conhecida apenas pela investigadora. Foram colocados nesta plataforma três instrumentos: Questionário Sociodemográfico, Questionário de Tomada de Decisão de Separação Conjugal e o Questionário de Estilos de Tomada de Decisão de Separação Conjugal (*General Decision-Making Style Inventory – GDMS*, Scott & Bruce, 1995, versão traduzida para este estudo).

Num primeiro momento da participação era apresentada a investigadora e o âmbito em que se inseria o estudo, bem como as condições de participação no mesmo e a duração relativa ao preenchimento dos instrumentos (aproximadamente 25 minutos).

Após a garantia de anonimato e confidencialidade, era apresentada uma declaração de consentimento informado (Anexo E). O contacto da investigadora foi fornecido no caso de os participantes necessitarem de esclarecimentos adicionais ou um resumo, em linguagem não técnica, dos resultados do estudo. Foi ainda feito um agradecimento à colaboração e pedido de divulgação do estudo a outros sujeitos.

De seguida, foram recolhidas informações de carácter sociodemográfico, incluindo, sexo, idade e nível de escolaridade, o estatuto relacional atual, duração da relação conjugal e da separação conjugal, número e idade dos filhos.

O primeiro instrumento preenchido pelos participantes, após a recolha de dados sociodemográficos, foi o Questionário de Tomada de Decisão de Separação Conjugal que visava obter informações sobre diferentes componentes envolvidos no processo de tomada de decisão de separação conjugal. De seguida era pedido o preenchimento do GDMS, que avaliava os estilos de tomada de decisão de separação conjugal. A ordem de apresentação dos instrumentos baseou-se na sequência lógica do processo de tomada de decisão de separação conjugal: primeiro a apresentação de um questionário com informações sobre componentes variados envolvidos no processo de tomada de decisão da separação e depois a avaliação de um aspeto mais específico, o estilo de tomada de decisão utilizado.

Para este estudo optou-se pela disponibilização dos instrumentos *online* por envolver um conjunto de vantagens, tais como: garantia de confidencialidade e o anonimato dos participantes, maior rapidez no acesso e resposta dos participantes, custos mais reduzidos, possibilidade de divulgação a um maior número de indivíduos, constituição direta de uma base de dados, inibição da desejabilidade social e redireção e encaminhamento para outra pergunta ou escala. Contudo, este método de recolha de dados também comporta algumas desvantagens, nomeadamente a impossibilidade de controlar quer as condições e o ambiente em que os participantes responderam, quer a participação de indivíduos que não preenchessem as condições requeridas (Baena, Fuster & Carbonell, 2010; Orosa, Pinto & Scales, 2008).

## **4. Resultados**

O tratamento estatístico dos dados efetuou-se com recurso ao *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS) 22.0 (Armonk, NY: IBM Corp.) sendo que se procedeu a análises descritivas, correlações entre as variáveis e comparação de grupos.

### **4.1. Análise descritiva dos diferentes componentes do processo de tomada de decisão de separação conjugal**

#### **Percurso temporal da decisão**

Os resultados provenientes da análise descritiva realizada revelam que as primeiras dificuldades conjugais iniciam-se, para a maioria dos sujeitos (72.6%, n=45), nos primeiros cinco anos da relação de coabitação. Apenas 27.4% dos sujeitos (n=17) consideram que os primeiros problemas conjugais surgiram após o quinto ano de relação.

Da análise realizada verifica-se que a maioria dos sujeitos (67.7%, n=42) indica que os primeiros pensamentos sobre a possibilidade de separação conjugal tiveram início nos primeiros sete anos da relação de coabitação. Apenas 32.3% dos sujeitos (n=20) consideram que os primeiros pensamentos sobre a separação conjugal surgiram após o sétimo ano de relação.

Relativamente à partilha desses pensamentos a maioria dos participantes (33.9%, n=21) revela não ter partilhado com ninguém. Os amigos (24.2%, n=15), familiares (21%, n=13) e parceiros (17.7%, n=11) seguem-se como as pessoas a quem foram partilhados os primeiros pensamentos sobre a separação conjugal. Apenas dois sujeitos, referem ter partilhado os primeiros pensamentos sobre a possibilidade de separação conjugal com o(s) filho(s) (1.6%, n=1) e colegas de trabalho (1.6%, n=1).

O período temporal decorrido entre o surgimento dos primeiros pensamentos de separação e a decisão de separação é superior a doze meses para 58.1%, dos sujeitos (n=36). Em contrapartida, 25.8% (n=16) demoram entre três a doze meses a decidirem separar-se. Apenas 16.1% (n=10) dos participantes indicam um período de tempo inferior a três meses, entre os primeiros pensamentos sobre a possibilidade de separação e a decisão de separação do(a) parceiro(a).

O período temporal decorrido entre a decisão de separação e a comunicação desta decisão aos parceiros não excede os três meses para a maioria dos sujeitos (70.9%, n=44). Em contrapartida, 21% (n=13) indicam um período de três a nove meses para

comunicar essa decisão. Apenas 8.1% (n=5) demora mais de nove meses a comunicar a decisão de separação aos parceiros.

O período temporal decorrido entre a comunicação da decisão de separação até ocorrer a separação física (com a saída de um dos membros do casal), não excede os três meses para a maioria dos sujeitos (82.3%, n=51). Apenas 9.6% (n=6) dos sujeitos indicam um período entre três a doze meses decorrido entre comunicar aos parceiros o desejo de terminar a relação e a separação física. Esse período é superior a doze meses para 8.1% (n=5) dos sujeitos.

Adicionalmente, em relação à existência de situações de separação-reconciliação, a maioria dos participantes (74.2%, n=46) indica que a atual separação foi a única. Apenas 25.8% (n=16), considera já terem havido outras separações-reconciliações.

### **Tentativas de resolução das dificuldades conjugais**

Os resultados revelam que a maioria dos participantes (91.9%, n=57) face aos primeiros pensamentos sobre a possibilidade de separação tenta de alguma forma resolver as suas dificuldades conjugais. Apenas 8.1% (n=5) refere não ter havido tentativas de resolução das dificuldades conjugais. Entre os participantes que tentam resolver as suas dificuldades conjugais, a maioria, 87.7% (n=50) fá-lo falando com os parceiros, 8.8% (n=5) procura a ajuda de pessoas próximas e apenas 3.5% (n=2) procura a ajuda de profissionais.

### **Grau de dificuldade e satisfação com a tomada de decisão de separação conjugal**

A média do grau de dificuldade da decisão de separação é 4.53 (DP=0.82), revelando que a decisão de separação parece apresentar um elevado grau de dificuldade para os participantes.

Da mesma forma, a média do grau de satisfação atual com a decisão de separação é 3.73 (DP=1.23), revelando que os sujeitos parecem satisfeitos com a decisão que tomaram.

### **Benefícios e custos do término da relação**

Os principais custos do término da relação (fatores que tendem a dificultar a decisão de terminar a relação conjugal) foram analisados através das atrações da relação e barreiras para o término da relação conjugal. Os fatores atrativos da relação que mais parecem dificultar a decisão de término da relação são a história da relação passada em

conjunto (M=3.66; DP=1.2) e os sentimentos positivos nutridos pelo parceiro (M=3.48; DP=1.2). Quanto às barreiras para o término da relação, a existência de filhos (M=4.74; DP=.8) e o sentido de compromisso com a relação (M=3.14; DP=1.4) parecem ser as que mais dificultam essa decisão. No quadro 3 estão presentes os valores médios relativos aos fatores que dificultam a decisão de separação conjugal.

### Quadro 3

*Valores médios da percepção dos participantes sobre os custos do término da relação*

		<i>Média</i>	<i>Desvio- Padrão</i>
Atrações da relação	História da relação passada em conjunto	3.66	1.2
	Sentimentos positivos	3.48	1.2
	Partilha de objetivos, interesses e valores com o parceiro	2.88	1.5
	Segurança emocional da relação	2.84	1.4
	Confiança no parceiro(a)	2.45	1.4
	Segurança económica da relação	2.41	1.4
	Satisfação sexual	2	1.4
Barreiras	Existência de filhos	4.74	.8
	Sentido de compromisso com a relação	3.14	1.4
	Custos a nível económico da separação	2.52	1.4
	Opinião da família e/ou amigos sobre a separação	2.34	1.2
	Crenças religiosas	1.25	.7

Os principais benefícios associados ao término da relação, que tendem a facilitar a decisão de separação conjugal, são o sentimento de liberdade e autonomia pessoal (M=3.39; DP=1.4) e os projetos pessoais (M=2.76; DP=1.4). No quadro 4 estão

presentes os valores médios relativos aos fatores que facilitaram a decisão de separação conjugal.

#### **Quadro 4**

*Valores médios da percepção dos participantes sobre os benefícios do término da relação*

---

		<i>Média</i>	<i>Desvio- Padrão</i>
Alternativas à relação	Sentimento de liberdade e autonomia pessoal	3.39	1.4
	Projetos Pessoais	2.76	1.4
	Relações amorosas	2.38	1.7
	Projetos Profissionais	2.37	1.3

---

#### **Causas e atribuições de responsabilidade da separação conjugal**

De uma forma geral, as razões que os indivíduos apontam como mais tendo contribuído para a dissolução da relação conjugal são de natureza afetiva: os problemas de comunicação (M=3.53; DP=1.3), a falta de amor/perda de intimidade (M=3.4; DP=1.4), as diferenças no estilo de vida e valores (M=3.39; DP=1.3) e a autoridade (exigências e censura) (M=3; DP=1.6). No quadro 5 estão presentes os valores médios de todas as causas que os sujeitos consideram como contribuindo para a dissolução da relação.

## Quadro 5

*Valores médios da percepção dos participantes sobre as razões para a dissolução da relação conjugal*

		<i>Média</i>	<i>Desvio- Padrão</i>
Razões afetivas	Problemas de comunicação	3.53	1.3
	Falta de amor/perda de intimidade	3.4	1.4
	Diferenças no estilo de vida e valores	3.39	1.3
	Autoridade (exigências e censuras)	3	1.6
	Relação extra-conjugal	2.66	1.8
	Dificuldades sexuais	2.32	1.4
	Ciúme e desconfiança	2.3	1.4
Comportamentos abusivos	Violência psicológica	2.68	1.6
	Comportamento de consumo	1.68	1.3
	Violência física	1.5	1.1
Pressões exteriores	Dificuldade em conciliar vida familiar e profissional	2.43	1.4
	Incumprimento de deveres familiares	2.42	1.5
	Problemas financeiros	2.11	1.4
	Problemas com família e amigos	1.95	1.4
	Problemas de saúde	1.44	.95
	Problemas com os filhos	1.4	.96

Os resultados provenientes da análise realizada sobre a atribuição de responsabilidade da separação conjugal, revelam que a maioria dos participantes (45.2%, n=28) atribui aos parceiros a responsabilidade pelo término da relação conjugal. Já 41.9% dos sujeitos (n=26), considera que ambos os membros do casal contribuíram para a dissolução. Apenas 12.9% dos sujeitos (n=8) revela que o seu contributo para o término da relação é maior do que o dos parceiros.

### **Estilos de tomada de decisão**

Os resultados provenientes da análise realizada sobre os estilos de tomada de decisão revelam que aqueles que melhor descrevem e caracterizam a tomada de decisão

de separação conjugal dos participantes são os estilos: intuitivo (M=3.4; DP=1) racional (M=3.2; DP=.99), e evitante (M=2.97; DP=1.1). Já os estilos de tomada de decisão dependente (M=2.2; DP=1) e espontâneo (M=1.9; DP=1) parecem ser pouco expressivos como estratégias de tomada de decisão de separação conjugal.

#### **4.2. Análise da relação entre os diferentes componentes do processo de tomada de decisão de separação conjugal**

A análise da relação entre os diferentes componentes avaliados sobre a decisão de separação conjugal foi efetuada usando-se diferentes procedimentos de acordo com a natureza das variáveis em estudo. Para variáveis de natureza quantitativa usou-se o Coeficiente de Correlação de Pearson ( $r$ ). Para variáveis de natureza pelo menos ordinal usou-se o Coeficiente de Correlação ( $\rho$ ) de Spearman ( $\rho$ ).

Com base nos critérios de Cohen (1992), a intensidade das correlações entre as variáveis em estudo variam entre fracas (.10-.29), moderadas (.30-.49) e fortes (.50-1).

#### **Correlações entre o percurso temporal da decisão e outros componentes do processo de tomada de decisão de separação conjugal (Anexo F)**

Verifica-se uma correlação significativa moderada de sentido positivo ( $\rho = .36$ ) entre o tempo decorrido entre a decisão-comunicação e o tempo decorrido entre a comunicação-separação física. Assim, parece que quanto mais longo é o período decisão-comunicação também mais longo é o período comunicação-separação física.

Obteve-se duas correlações negativas moderadas significativas em relação à satisfação sexual, como fator de atração à relação, e os dois períodos temporais decorridos entre os pensamentos-decisão ( $\rho = -.30$ ) e a comunicação-separação física ( $\rho = -.35$ ). Estes resultados parecem indicar que quanto mais esse fator de atração à relação dificulta a decisão de separação, mais curtos são os períodos temporais decorridos entre os pensamentos-decisão e comunicação-separação física.

A opinião da família e/ou amigos, como barreira ao término da relação, apresenta uma correlação significativa positiva com os períodos temporais decorridos entre a decisão-comunicação ( $\rho = .41$ ) e comunicação-separação física ( $\rho = .26$ ). Estes dados parecem apontar para que quanto mais essa barreira dificulta a decisão de separação, mais longos são os períodos temporais decorridos entre a decisão-comunicação e comunicação-separação física.

O período temporal decorrido entre a decisão-comunicação está correlacionado negativamente, embora com uma intensidade fraca, com o grau de satisfação com a decisão de separação ( $\rho = -.26$ ) o que parece indicar que quanto maior o período temporal decorrido entre a decisão-comunicação, menos satisfeitos os participantes se sentem com a decisão de separação atual.

A falta de amor/perda de intimidade, como causa contribuindo para a separação, apresenta uma correlação positiva fraca com o período temporal decorrido entre os pensamentos-decisão ( $\rho = .29$ ). Este resultado parece sugerir que quanto maior o período temporal decorrido entre os primeiros pensamentos e a tomada de decisão de separação, mais esse motivo é apontado como contribuindo para a dissolução da relação. Constata-se também uma correlação negativa fraca entre o período temporal decorrido entre pensamentos-decisão e os problemas com familiares e/ou amigos ( $\rho = -.27$ ), podendo indicar que quanto menor o período temporal decorrido entre os pensamentos-decisão, mais essa causa é apontada como contribuindo para a dissolução.

O período temporal decorrido entre comunicação-saída encontra-se positivamente correlacionado, embora com uma intensidade fraca, com a causa falta de amor/perda de intimidade ( $\rho = .25$ ), podendo sugerir que quando esse motivo é apontado como contribuindo para a dissolução, maior o período temporal decorrido entre a comunicação-saída. Verifica-se também uma correlação positiva fraca entre os problemas com familiares e/ou amigos e o período temporal decorrido entre a comunicação-separação física ( $\rho = .26$ ), podendo indicar que quanto mais essa causa é apontada como contribuindo para a dissolução maior o período temporal decorrido entre a comunicação-saída.

Quanto ao estilo de tomada de decisão, o estilo evitante e o período temporal decorrido entre os pensamentos-decisão apresentam uma correlação positiva moderada ( $\rho = .34$ ), o que pode apontar para quanto mais os sujeitos adiam a sua tomada de decisão, maior o tempo decorrido entre os pensamentos-decisão. No que diz respeito aos períodos temporais seguintes (decisão-comunicação e comunicação-separação física), verificam-se duas correlações negativas com o estilo de tomada de decisão espontâneo ( $\rho = -.43$  e  $\rho = -.26$ , respectivamente), podendo apontar para quanto mais os indivíduos se caracterizam pela imediatividade e rapidez na sua tomada de decisão, menor são os períodos temporais decorridos entre a decisão-comunicação e a comunicação-separação física.

## **Correlações entre as causas e outros componentes do processo de tomada de decisão de separação conjugal (Anexo G)**

O ciúme e desconfiança, como causa apontada para a dissolução da relação, apresenta uma correlação negativa fraca com a responsabilização pela separação conjugal ( $r = -.26$ ), parecendo apontar para que quando esse motivo contribuiu para a dissolução menos os indivíduos se consideram responsáveis pela dissolução.

As causas problemas de comunicação e dificuldade em conciliar vida profissional, relacionam-se positivamente com o grau de dificuldade da separação ( $r = .30$  e  $r = .26$ , respetivamente). Estes dados parecem apontar para que quanto mais essas causas são apontadas como contribuindo para a dissolução, mais difícil parece ser a tomada de decisão de separação. Verifica-se ainda uma correlação negativa moderada entre os comportamentos de consumo (*e.g.*, álcool, drogas, jogo) e o grau de dificuldade da decisão de separação conjugal ( $r = -.45$ ). Este resultado parece apontar para que quanto mais os comportamentos de consumo contribuem para a dissolução, mais fácil é a tomada de decisão de separação.

O grau de satisfação com a tomada de decisão da separação conjugal encontra-se correlacionado negativamente com o ciúme e desconfiança ( $r = -.31$ ). Este resultado parece sugerir que quanto mais esse motivo é apontado como contribuindo para a dissolução, menos satisfeitos os indivíduos estão com a decisão. O grau de satisfação apresenta ainda uma correlação positiva moderada com a violência psicológica ( $r = .36$ ). Este dado parece indicar que quanto mais a violência psicológica é apontada como contribuindo para a dissolução, mais satisfeitos com a decisão de separação estão os sujeitos.

O estilo de tomada de decisão evitante apresenta correlações positivas moderadas com as seguintes causas: problemas de comunicação ( $r = .39$ ), falta de amor/perda de intimidade ( $r = .38$ ) e dificuldades sexuais ( $r = .44$ ). Os problemas de comunicação, falta de amor e dificuldades sexuais parecem associar-se a estratégias de procrastinação na tomada de decisão. O estilo de tomada de decisão espontâneo encontra-se positivamente correlacionado com as relações extra-conjugais ( $r = .36$ ). Este resultado parece sugerir que a imediaticidade e rapidez da decisão é a estratégia mais adotada pelos indivíduos face à presença de relações extra-conjugais. O estilo espontâneo encontra-se ainda correlacionado positivamente com os problemas com os filhos ( $r = .29$ ), o que pode indicar que a imediaticidade e rapidez na decisão estão

patentes face a estes motivos para a separação. Por último, os problemas com familiares e/ou amigos encontram-se correlacionados positivamente com o estilo racional ( $r = .29$ ) e negativamente com o estilo espontâneo ( $r = -.37$ ). Este dado parece sugerir que na presença de problemas com familiares e/ou amigos, que contribuem para a dissolução, os indivíduos tendem a ser mais ponderados na sua decisão.

### **Correlações entre estilos de tomada de decisão e outros componentes do processo de tomada de decisão de separação conjugal (Anexo H)**

O estilo de tomada de decisão intuitivo apresenta uma correlação negativa moderada com os sentimentos positivos nutridos pelos parceiros, como fator de atração à relação conjugal ( $r = -.38$ ). Assim quando a presença de sentimentos positivos são apontados como dificultando a decisão de separação o estilo intuitivo parece ser menos utilizado. Já o estilo de tomada de decisão espontâneo correlaciona-se positivamente, embora com uma intensidade fraca, com a história da relação passada em conjunto ( $r = .29$ ). Estes dados podem sugerir que quanto mais essa atração à relação é apontada como dificultando a decisão, mais os indivíduos se parecem caracterizar pela imediaticidade e rapidez na decisão. A segurança emocional da relação conjugal apresenta uma correlação negativa fraca com o estilo racional ( $r = -.29$ ) e positiva moderada com o estilo espontâneo ( $r = .44$ ). Estes dados parecem indicar que quando a segurança emocional da relação é apontada como dificultando a decisão, os indivíduos parecem ser menos ponderados, pautando-se mais pela rapidez e imediaticidade na decisão. Verifica-se ainda uma correlação negativa moderada entre a satisfação sexual e o estilo de tomada de decisão evitante ( $r = -.41$ ), sugerindo que quando a satisfação sexual é apontada como fator relacional que dificulta a decisão de término da relação, os sujeitos parecem apresentar menos estratégias de adiamento da decisão. Por fim, a segurança económica da relação conjugal encontra-se positivamente correlacionada, embora com uma intensidade fraca, com o estilo de tomada de decisão evitante ( $r = .26$ ). Estes resultados parecem indicar que quando a segurança económica é apontada como fator que dificulta a decisão de separação, os sujeitos parecem assumir estratégias de adiamento da tomada de decisão.

Relativamente às barreiras que podem dificultar o término da relação, os custos a nível económico da separação correlacionam-se com o estilo evitante ( $r = .29$ ), e o sentido de compromisso com a relação conjugal com o estilo espontâneo ( $r = .26$ ). Estes

dados podem sugerir que quando os custos a nível económico associados à separação estão presentes, os indivíduos parecem adiar a decisão, assumindo um estilo evitante. De igual modo, parece que quando o sentido de compromisso com a relação dificulta a decisão de separação, mais imediata e rápida esta parece ser.

Quanto às potenciais alternativas exteriores à relação, encontramos duas correlações positivas, moderada e fraca respetivamente, entre os projetos pessoais e o estilo de tomada de decisão racional ( $r = .38$ ), e entre o sentimento de liberdade e autonomia e o estilo de tomada de decisão intuitivo ( $r = .27$ ). Assim, estes dados parecem indicar que face à existência de projetos pessoais a decisão de separação parece envolver um pensamento mais cuidadoso e exaustivo. Por outro lado, face à possibilidade de vivenciar sentimentos de liberdade e autonomia fora da relação, os indivíduos parecem confiar nos seus palpites e sentimentos para tomarem a decisão de separação.

Verifica-se uma correlação positiva entre o estilo de tomada de decisão racional e a satisfação com a tomada de decisão ( $r = .28$ ), o que parece indicar que quanto mais ponderada e baseada na lógica é a decisão de separação, mais satisfeitos os sujeitos estão com essa decisão posteriormente.

#### **4.3. Comparação de grupos nos diferentes componentes do processo de tomada de decisão de separação conjugal**

De modo a detetar diferenças nos diferentes componentes avaliados sobre a decisão de separação conjugal em função do género, procedeu-se à análise dos dados recorrendo-se ao teste do Qui-Quadrado (para variáveis nominais), o teste *t*-student (para variáveis quantitativas) e o teste Mann-Whitney (para variáveis ordinais e como alternativa ao teste *t*-student quando o pressuposto da normalidade não foi assegurado).

Num primeiro passo efetuou-se uma análise de associações entre a variável sexo e os diversos componentes envolvidos no processo de tomada de decisão de separação conjugal, usando-se para isso as seguintes medidas de associação: V de Cramer (para variáveis nominais/nominais; nominais/ordinais) e ETA (para variáveis quantitativas/nominais). As associações a partir de .10 foram consideradas como significativas, uma vez que comportam o critério mínimo de Cohen (1992) para relação fraca. As associações inferiores a .10 foram consideradas insignificantes e por isso não foram englobadas na análise posterior. Num segundo passo, procedeu-se então à análise das diferenças estatisticamente significativas entre homens e mulheres nos vários

componentes cujas associações foram de acordo com o critério acima mencionado ( $\geq .10$ ).

Para analisar diferenças nos valores médios obtidos pelos sujeitos de ambos os sexos foram realizados testes paramétricos, mais concretamente o teste t-Student para amostras independentes. Contudo, para a realização de testes paramétricos é necessário o cumprimento de pressupostos, como a normalidade e homogeneidade de variâncias. Através do teste de Shapiro-Wilk analisou-se a normalidade das variáveis. Alguns autores consideram que os testes paramétricos são razoavelmente tolerantes à violação do pressuposto da normalidade, quando as amostras são suficientemente grandes (*e.g.*,  $> 30$ ) (Marôco, 2011; Pallant, 2007; Pestana & Gageiro, 2005). Na presente amostra os indivíduos do sexo masculino (grupo 1) são apenas 18 enquanto os do sexo feminino (grupo 2) são 44. Assim, sempre que o pressuposto da normalidade não foi assegurado, optou-se por realizar um teste não-paramétrico alternativo ao teste *t*-student, o teste de Mann-Whitney. Em relação ao pressuposto da homogeneidade das variâncias este foi assegurado pelo teste de Levene (Marôco, 2011; Pallant, 2007; Pestana & Gageiro, 2005).

### **Percurso temporal da decisão**

Os resultados apontam para uma diferença significativa em função do género relativamente ao período temporal decorrido entre a tomada de decisão de separação e a comunicação desta aos parceiros ( $U = 275$ ;  $z = -1.965$ ;  $p = .049$ ). As mulheres tendem a demorar mais tempo entre decidir e comunicar esta decisão aos parceiros, comparativamente com os homens. Embora as diferenças não sejam estatisticamente significativas, relativamente aos períodos temporais da decisão de separação decorridos entre os primeiros pensamentos e a tomada de decisão ( $U = 344$ ;  $z = -.817$ ;  $p = .414$ ) e entre a comunicação da decisão ao parceiro e a separação física ( $U = 383$ ;  $z = -.218$ ;  $p = .828$ ), de uma forma geral, as mulheres tendem a demorar mais tempo do que os homens.

### **Tentativas de resolução das dificuldades conjugais**

Os resultados não revelam diferenças estatisticamente significativas nas diferentes tentativas usadas para a resolução de dificuldades conjugais entre homens e mulheres. Assim, parece que a variável género não se encontra associada às tentativas de resolução das dificuldades conjugais ( $X^2(1) = 2.547$ ;  $p = .141$ ;  $N = 62$ ).

## **Custos e benefícios do término da relação**

Ao analisar-se a normalidade das variáveis constatou-se que a distribuição dos indivíduos de ambos os sexos rejeitou a normalidade, apenas num sexo ou em ambos, para todas as variáveis associadas aos custos do término de uma relação conjugal (atrações e barreiras). De igual modo, nas variáveis associadas aos benefícios do término de uma relação, o pressuposto da normalidade apenas foi assegurado para o sentimento de liberdade e autonomia pessoal. Assim, utilizou-se o teste *t*-student apenas para esta última variável, enquanto para as outras usou-se o teste de Mann-Whitney.

Os resultados obtidos nos aspetos associados aos custos do término de uma relação, apresentados no quadro 6, apontam para algumas diferenças estatisticamente significativas em duas variáveis relativas às atrações da relação conjugal: sentimentos positivos nutridos pelo(a) parceiro(a) e segurança económica da relação conjugal. Assim, os homens apresentam valores mais elevados nos sentimentos positivos nutridos pelos parceiros comparativamente com as mulheres. Por outro lado, as mulheres apresentam valores mais elevados na segurança económica que a relação conjugal proporciona, comparativamente com os homens. Desde modo, os homens parecem percecionar os sentimentos positivos nutridos pelos parceiros como aspeto que dificulta mais a tomada de decisão de separação conjugal. Já as mulheres parecem percecionar a segurança económica da relação conjugal como aspeto que dificulta mais aquela decisão. Apesar de nas outras variáveis relativas às atrações da relação conjugal não se verificarem diferenças estatisticamente significativas, os homens parecem percecionar a satisfação sexual como um aspeto que tende a dificultar mais a decisão de separação conjugal do que as mulheres.

Quanto às variáveis associadas às barreiras à dissolução, não existem diferenças estatisticamente significativas entre homens e mulheres. Apesar de não atingirem níveis de significância estatística, quanto à existência de filhos e a opinião de familiares e/ou amigos, homens e mulheres diferem como fatores que dificultam a tomada de decisão de separação. Todos os homens da amostra classificaram o fator existência de filhos com a pontuação máxima (5), ou seja, como fator que dificultou extremamente a decisão de separação conjugal. Não obstante, é também um fator que dificulta muito a tomada de decisão de separação das mulheres. O fator existência de filhos é aquele que apresenta valores mais elevados comparativamente a todas as outras variáveis, quer para homens como mulheres. Por outro lado, as mulheres parecem considerar a opinião de

familiares e/ou amigos como fator que mais dificulta a tomada de decisão de separação conjugal, quando comparadas com os homens.

## Quadro 6

### *Diferenças entre homens e mulheres nos custos do término da relação*

	Masculino (n=18)		Feminino (n=44)		Z	Sig.
	Média	Desvio- padrão	Média	Desvio- padrão		
<b>Custos</b>						
<u>Atrações</u>						
- Sentimentos positivos nutridos pelo parceiro	4.19	1.05	3.20	1.18	-2.881	0.004**
- Partilha de objetivos, interesses e valores com o parceiro	3.28	1.53	2.7	1.47	-1.466	.143
- Confiança no parceiro(a)	2.75	1.70	2.32	1.27	-.701	.483
- Segurança económica da relação	1.89	1.18	2.65	1.42	-2.001	.045*
- Satisfação sexual	2.47	1.59	1.79	1.23	-1.724	.085
<u>Barreiras</u>						
- Existência de filhos	5	0	4.65	0.95	-1.670	.095
- Custos a nível económico da separação	2.17	1.30	2.68	1.49	-1.188	.235
- Opinião da família e/ou amigos sobre a separação.	1.94	1.11	2.53	1.20	-1.755	.079

Nota.\*-  $p \leq .05$ , \*\*-  $p \leq .01$

Relativamente aos benefícios do término da relação conjugal, através da existência de alternativas à mesma, os resultados apontam para diferenças, estatisticamente significativas, nos valores médios obtidos na variável sentimentos de liberdade e autonomia pessoal, tal como apresentado no quadro 7. As mulheres consideram, em média, o fator sentimento de liberdade e autonomia pessoal como mais facilitador da tomada de decisão de separação conjugal do que os homens.

### Quadro 7

*Diferenças entre homens e mulheres nos benefícios do término da relação*

	Masculino (n=18)		Feminino (n=44)		Z ou t	Sig.
	Média	Desvio- padrão	Média	Desvio- padrão		
<b>Benefícios</b>						
<u>Alternativas</u>						
- Sentimento de liberdade e autonomia pessoal	2.56	1.50	3.74	1.29	-2.911	.005**
- Projetos pessoais	2.36	1.45	2.94	1.39	-1.333	.183
- Relações amorosas	1.83	1.59	2.70	1.75	-1.448	.148

Nota. \*\*-  $p \leq .01$

### Causas e atribuições de responsabilidade da separação conjugal

Constatou-se que o pressuposto da normalidade apenas foi assegurado para as variáveis de ambos os sexos, em duas causas apontadas para a separação conjugal, a falta de amor/perda de intimidade e as dificuldades em conciliar vida familiar e profissional. Assim, para estas utilizou-se o teste *t*-student, enquanto para as outras, o teste alternativo Mann-Whitney. Não se verificaram diferenças estatisticamente significativas relativamente às causas apontadas por homens e mulheres para a separação conjugal. Assim, homens e mulheres não parecem diferir em termos das causas que consideram contribuir para o término das suas relações conjugais, tal como apresentado no quadro 8.

## Quadro 8

### *Diferenças entre homens e mulheres nas razões para a dissolução da relação conjugal*

Causas	Masculino (n=18)		Feminino (n=44)		Z ou t	Sig.
	Média	Desvio- padrão	Média	Desvio- padrão		
- Falta de amor/perda de intimidade	3.11	1.49	3.52	1.30	-1.08	.28
- Relação extra-conjugal	2.39	1.85	2.77	1.74	-.90	.37
- Violência psicológica	2.33	1.41	2.82	1.64	-1.11	.27
- Comportamento de consumo	1.28	.67	1.84	1.41	-1.37	.17
- Violência física	1.17	.71	1.64	1.26	-1.56	.12
- Dificuldade em conciliar vida familiar e profissional	2.76	1.52	2.3	1.34	1.18	.24
- Problemas de saúde	1.11	.32	1.57	1.09	-1.53	.13
- Problemas com os filhos	1.64	1.28	1.32	.81	-.85	.39

Também relativamente ao contributo assumido para as dificuldades conjugais que levaram à decisão de separação não se verificaram diferenças estatisticamente significativas entre homens e mulheres ( $X^2(2)=.463$ ;  $p= .793$ ;  $N = 62$ ).

### **Estilos de tomada de decisão**

Constatou-se que o pressuposto da normalidade foi respeitado para as variáveis de ambos os sexos, nos estilos racional, intuitivo, evitante e dependente. Assim, para estas utilizou-se o teste *t*-student, enquanto para o estilo espontâneo, o teste alternativo Mann-Whitney.

Os resultados obtidos apontam para diferenças significativas em dois estilos de tomada de decisão, no estilo intuitivo e no estilo dependente, tal como apresentado no quadro 9. Os homens parecem utilizar menos os estilos intuitivo e dependente,

comparativamente com as mulheres. Desde modo, podemos concluir que em média as mulheres parecem utilizar estratégias de tomada de decisão mais baseadas em sentimentos e palpites e necessitar mais da ajuda de outros significativos para tomar decisões. Apesar de não haver diferenças estatisticamente significativas entre homens e mulheres nos estilos racional, evitante e espontâneo, as mulheres parecem apresentar valores médios mais elevados no estilo de tomada de decisão racional. Já os homens parecem apresentar valores mais elevados no estilo de tomada de decisão espontâneo. Por fim, os valores médios no estilo de tomada de decisão evitante são muito similares, entre homens e mulheres.

### Quadro 9

*Diferenças entre homens e mulheres nos estilos de tomada de decisão*

	Masculino (n=18)		Feminino (n=44)		<i>t</i> ou <i>Z</i>	Sig.
	Média	Desvio- padrão	Média	Desvio- padrão		
Racional	2.90	1.36	3.33	.88	-1,23	.23
Intuitivo	2.94	1.05	3.53	.92	-2.21	.03*
Dependente	1.72	.71	2.59	1.10	-2.36	.02*
Evitante	2.99	1.24	2.97	.99	.07	.95
Espontâneo	1.99	1.19	1.90	.95	-.71	.94

Nota.\*-  $p \leq .05$

## 5. Discussão e Conclusões

Os resultados deste estudo revelam que os primeiros anos das relações conjugais parecem marcos importantes para o início das dificuldades conjugais e consequentes primeiros pensamentos sobre a possibilidade de separação conjugal. Estes dados vão ao encontro da literatura que salienta ser comum os problemas conjugais e as primeiras dúvidas sobre o futuro da relação conjugal, acontecerem nos primeiros cinco anos da relação, devido às expectativas sobre os parceiros e/ou a relação que os indivíduos têm antes de coabitarem e que “levam” para a situação de conjugalidade. Quando os indivíduos têm expectativas muito positivas e/ou irrealistas sobre os parceiros e/ou a relação (e.g., “ser feliz para sempre”), podem deparar-se com alterações de comportamento dos parceiros ou outras situações negativas (e.g., conflitos, divergência de perspectivas), e iniciam-se as dificuldades conjugais (Glenn, 1998; Kayser & Rao, 2006; Markman et al., 2010). Contudo, a literatura refere também que as dificuldades conjugais são normativas e fazem parte da vida de todos os casais e assim o que parece importante é a forma como os membros do casal lidam com essas dificuldades. Neste estudo, a maioria dos participantes revelou ser proactiva na tentativa de resolução das dificuldades conjugais, sendo a principal forma referida o “*falar com o parceiro sobre as dificuldades*”. Alguns autores reforçam a importância da comunicação entre o casal (e.g., questões financeiras, educação dos filhos, vida social, vida sexual), como um componente de interação fundamental para a resolução dos problemas conjugais e manutenção dos seus relacionamentos (Burlison, Metts & Kirch, 2000; Granger, 1980; Markman et al., 2010; Rodrigues et al., 2006). Estes dados parecem revelar que a decisão de separação é importante na vida dos indivíduos e não é tomada de ânimo leve, assim parece que os indivíduos envolvem-se em várias formas de resolução das dificuldades conjugais, previamente à decisão de separação conjugal. Neste estudo apenas foi avaliada a perspectiva do iniciador que indica “*falar com o parceiro*”, contudo, não temos informação sobre se a comunicação foi feita de forma funcional ou construtiva ou de forma disfuncional e não construtiva (e.g., críticas, agressividade).

A maioria dos participantes revelou não ter partilhado os primeiros pensamentos sobre a possibilidade de terminar a relação, face aos problemas conjugais experimentados, com ninguém. Este dado parece sugerir que esta fase, tal como apontado na literatura, é muito intrapessoal, assemelhando-se às primeiras fases de um processo de deterioração de uma relação conjugal (Duck & Wood, 2006; Rollie &

Duck, 2006). Kayser & Rao (2006) também salientam que é raro a procura de apoio neste período, sendo mais comum os indivíduos manterem-se em silêncio e até, por vezes, negarem a existência de problemas conjugais. De destacar ainda, que alguns sujeitos mencionaram a procura de amigos e familiares, mais do que os parceiros, parecendo que neste período a procura de apoio de outros significativos se sobrepõe aos parceiros.

Quanto ao percurso temporal da separação conjugal, o primeiro período relativo ao tempo decorrido entre os primeiros pensamentos sobre a possibilidade de separação e a tomada de decisão de separação revelou ser o mais longo, demorando, para a maioria dos sujeitos, mais de doze meses. Estes dados parecem refletir a ideia proposta na literatura de “conflito decisional”, uma vez que requer a análise de benefícios e custos de uma possível separação e estão presentes sentimentos de ambivalência e dor que tendem a tornar a decisão difícil e morosa (Duck & Wood, 2006; Textor, 1989). Os dois períodos seguintes, relativos ao tempo decorrido entre a decisão de separação e a comunicação ao parceiro e entre a comunicação da decisão e a separação física, revelaram ser mais curtos demorando ambos, para a maioria dos sujeitos, menos de três meses.

Foi encontrada uma relação positiva, de intensidade moderada, entre o período temporal decorrido entre a decisão de separação e a comunicação desta ao parceiro e entre a comunicação e a separação física. Segundo a literatura, esta relação pode ser compreendida pelo receio que os iniciadores por vezes apresentam, da não-aceitação da decisão de separação por parte do parceiro, traduzindo um período temporal mais longo entre a decisão de separação e a comunicação desta ao parceiro. Os não iniciadores são por vezes surpreendidos com a comunicação da decisão de separação, por parte dos parceiros, e apresentam, frequentemente, dificuldade em aceitar essa decisão, envolvendo-se em diversos comportamentos na tentativa de “salvar a relação” (*e.g.*, pedidos de desculpa; “promessas” de mudança), o que torna este período mais longo (Textor, 1989).

A decisão de separação conjugal é considerada como tendo um elevado grau de dificuldade para a maioria dos sujeitos deste estudo, o que traduz a complexidade de uma decisão desta natureza, sendo salientada pela literatura como uma das mais difíceis da vida dos indivíduos (Ahrons, 1994; Broman, 2002; Féres-Carneiro, 2003; Previti & Amato, 2003; Textor, 1989). Os indivíduos deste estudo, de uma forma geral, revelam-se satisfeitos com a decisão tomada. Este dado pode pressupor que os indivíduos

tomaram decisões adaptativas, mas também pode estar relacionado com a duração da separação. Neste estudo, o critério de duração de separação foi no máximo três anos, sendo que a média do tempo de separação da amostra foi de cerca de vinte meses (M=20,18). Assim, e tendo em conta que o tempo de adaptação à separação conjugal proposto pela literatura tende a ser cerca de três anos, este resultado também pode estar relacionado com a fase de adaptação à separação em que os sujeitos se encontram. Os indivíduos podem encontrar-se adaptados à separação conjugal, tendo resolvido muitas tarefas que esta fase implica, e terem a perceção de satisfação com a decisão tomada (Hewitt & Turrell, 2011).

Os fatores atrativos da relação conjugal mencionados pelos sujeitos, como aqueles que mais dificultaram a decisão de separação, foram a história da relação passada e os sentimentos positivos nutridos pelos parceiros. Ambos os fatores, em conjunto, podem ser entendidos à luz do *modelo de investimento* de Rusbult e colaboradores (1993, 2006). Este modelo salienta que os recursos investidos na relação, como o tempo despendido ou a história partilhada promovem o compromisso sentido com a relação e os laços afetivos entre parceiros, dificultando uma possível tomada de decisão de separação conjugal. As barreiras mais mencionadas pelos participantes, como tendo dificultado a decisão de separação, foram a existência de filhos e o sentido de compromisso com a relação. A existência de filhos revelou ser o fator mais forte como barreira ao término de uma relação conjugal, tal como é apontado na literatura. A literatura indica que os pais desejam manter um ambiente estável para o desenvolvimento dos seus filhos e receiam as consequências negativas que uma separação conjugal pode ter para eles (Amato, 2000; Hewitt 2009; Kitson, 1992). O sentido de compromisso com a relação conjugal também parece dificultar, consideravelmente, a decisão dos participantes, o que pode estar relacionado com a ideia de *compromisso forçado*, que se refere aos constrangimentos (“forças”) internos e externos que dificultam a dissolução da relação mesmo que o indivíduo o deseje (Narciso & Ribeiro, 2009; Stanley & Markman, 1992). Por outro lado, as alternativas relacionais que os sujeitos mencionaram como fatores que mais facilitaram a decisão de separação, foram o sentimento de liberdade e autonomia pessoal e os projetos pessoais. Estes dados parecem estar relacionados com as necessidades de autonomia ou identidade que os indivíduos têm, e que muitas vezes, não se encontram satisfeitas nas relações conjugais. A não satisfação das necessidades pessoais (“eu”) numa relação

conjugal aumenta a probabilidade de término da relação (Greenberg & Goldman, 2008; Lavy et al., 2010).

Considerando a relação entre os custos do término de uma relação e o percurso temporal da decisão de separação, verificaram-se, igualmente, algumas relações significativas. O fator satisfação sexual, como fator atrativo da relação, encontrou-se negativamente correlacionado com os dois períodos temporais relativos aos primeiros pensamentos e, conseqüente tomada de decisão de separação e a decisão de separação e a comunicação desta ao parceiro. Assim, parece que a satisfação sexual poderá ser percebida pelos indivíduos como dificultando a decisão de separação, apesar de não implicar um tempo mais longo nos dois períodos acima descritos, podendo estar associada ao facto de existirem outros fatores atrativos mais preponderantes para os sujeitos. Recorde-se que a satisfação sexual, comparando com todos os fatores atrativos da relação conjugal, é em média o fator que menos dificulta a decisão de separação. A opinião de familiares e amigos revelou estar positivamente correlacionada com os dois períodos temporais de natureza mais interpessoal (a tomada de decisão e comunicação desta ao parceiro e a comunicação e separação física), onde se torna “pública” a decisão de separação conjugal, ao parceiro e aos membros da rede social (na separação física). Este dado pode estar relacionado com a importância que os sujeitos atribuem à rede social, sendo que muitas vezes amigos e/ou familiares têm uma posição contra a separação conjugal, o que pode levar a que os períodos temporais sejam mais longos pelo receio que os iniciadores têm em expressar a sua decisão (Kitson, 1992; Sprecher & Felmeé, 1992; Sprecher, Felmeé, Schmeekle & Shu, 2006). Adicionalmente, este dado pode ainda estar relacionado com a percepção que a sociedade ainda tem da separação conjugal como um acontecimento negativo na vida dos indivíduos, considerando-a como “falha” de um projeto de vida em comum (Kalmijn & Uunk, 2007).

De uma forma geral, as causas referidas pelos sujeitos como tendo contribuído, maioritariamente, para a dissolução da relação conjugal, foram de natureza afetiva (*e.g.*, falta de amor/perda de intimidade, problemas de comunicação) apresentando consistência com a literatura consultada (Amato & Previti, 2003; Kayser & Rao, 2006; Wolcott & Hughes, 1999).

A falta de amor/perda de intimidade parece estar associada a períodos temporais mais longos decorridos entre os primeiros pensamentos e a decisão e também entre a comunicação ao parceiro e a separação física. Estes resultados podem estar relacionados

com o processo de *dissafection* (perda de afeto) que tende a ser moroso e a apresentar diversas fases, estando associado a um período temporal entre os primeiros pensamentos e tomada de decisão mais longo. A literatura aponta que quando os iniciadores comunicam aos parceiros que já não sentem amor e querem terminar a relação, frequentemente, estes reagem com tentativas para “recuperar o amor” dos iniciadores, o que pode levar ao adiar da separação física (Kayser & Rao, 2006; Textor, 1989).

Os problemas de comunicação e dificuldade em conciliar vida profissional e familiar, como causas apontadas para a dissolução da relação, apresentaram uma associação positiva com o grau de dificuldade da separação conjugal. Estes dados parecem estar relacionados com a capacidade de negociação que os indivíduos devem ter presente nas relações conjugais, isto é, a capacidade de estabelecer acordos e resolver problemas (Carrol, Badger & Yang, 2006). A capacidade de conciliar vida profissional e familiar é um desses acordos que deve ser negociado entre o casal. Se os membros do casal apresentam dificuldades em comunicar tornam a decisão de separação mais difícil, uma vez que o casal não negocia aspetos na relação e não comunica sobre as dificuldades conjugais. A relação negativa moderada verificada entre a causa comportamentos de consumo e o grau de dificuldade da decisão de separação conjugal, parece estar relacionada com o facto de os comportamentos de consumo estarem associados a diferentes problemas maritais como: problemas de saúde, problemas legais, possibilidade de perda de emprego, comportamentos agressivos/violentos para com o parceiro romântico (Amato & Rogers, 1997; Collins, Ellickson & Klein, 2007). Assim, a evidência dos problemas causados pelo consumo de substâncias pode “facilitar” a decisão dos iniciadores que consideram a separação como uma solução e um “escape” das dificuldades conjugais que vivenciam. Já a violência psicológica, como causa apontada para o fim da relação conjugal, revelou uma associação positiva com o grau de satisfação com a decisão de separação, o que pode sugerir o alívio que a saída dessa situação representa para os indivíduos, uma vez que a violência psicológica apresenta muitas vezes diversas implicações negativas no bem-estar dos indivíduos (*e.g.*, auto-estima, depressão) (Lawrence, Ro, Barry & Bunde, 2006).

A maioria dos participantes atribuiu a responsabilidade pelas dificuldades conjugais que levaram à separação conjugal aos parceiros. Estes dados podem refletir uma característica dos iniciadores que decidem terminar a relação por considerarem que

o parceiro foi responsável pelas dificuldades que levaram à separação. De igual modo, este dado pode estar associado às tentativas de resolução das dificuldades conjugais, isto é, a maioria dos sujeitos deste estudo considerou ter existido tentativa de resolução das dificuldades conjugais, assim pode pressupor que os iniciadores consideraram que fizeram a sua “quota-parte” para “salvar” a relação. Estes dados podem ainda traduzir o facto de a amostra ser constituída maioritariamente por mulheres, e a literatura mencionar que estas tendem a responsabilizar mais os parceiros pelas dificuldades conjugais que levaram à separação (Hewit et al., 2006; Kitson, 1992).

A causa ciúme e desconfiança apresentou associações negativas com o grau de responsabilização pela separação e também com o grau de satisfação com a decisão de separação conjugal. Estes dados parecem revelar que quanto mais a causa ciúme e desconfiança é apontada como tendo contribuído para a dissolução da relação, menos responsáveis se sentem os indivíduos pela separação mas também menos satisfeitos estão posteriormente com a decisão tomada. Estes dados podem estar relacionados com os indivíduos terem sido “alvo” de parceiros ciumentos e, assim, não assumirem o contributo que tiveram para o fim da relação conjugal, fazendo atribuições mais externas e considerando esta razão como estando fora do seu controlo. Os sujeitos deste estudo podem ainda estar menos satisfeitos com a decisão, devido às possíveis dificuldades de adaptação que a literatura aponta para indivíduos que não reconhecem o seu contributo nas dificuldades conjugais e fazem atribuições externas para as mesmas (Baum, 2003; Myers & Booth, 1999).

Em relação aos estilos de tomada de decisão da separação conjugal, aqueles que melhor caracterizam e descrevem os participantes deste estudo são o intuitivo (tendência a guiar-se por sentimentos, comportamentos e a “seguir” instintos), o racional (tendência à ponderação, pensamento cauteloso) e o evitante (tendência ao adiamento da decisão). Estes dados parecem encontrar-se relacionados com a própria natureza de uma tomada de decisão de separação conjugal. Kyser e Rao (2006) afirmam que a decisão de separação implica um enorme dispêndio de “atividade” cognitiva e emocional. Os indivíduos tendem assim a apresentar a necessidade de reflexão e análise das suas opções, em termos de custos e benefícios associados ao término de uma relação conjugal, sendo por isso caracterizados por um estilo de tomada de decisão mais racional. Por outro lado, também se “guiam” pelos sentimentos e comportamentos, uma vez que esta decisão implica reações emocionais diversas (*e.g.*, sentimentos de raiva, zanga, culpa) e também a quebra de um laço emocional, a perda dos parceiros, das

rotinas familiares e também uma alteração do sistema familiar (Finzi et al., 2000). De igual forma, a tomada de decisão de separação conjugal pode levar a que os indivíduos a adiem e evitem, pela sua complexidade e dificuldade e pelos sentimentos de ambivalência típicos desta fase.

Os estilos de tomada de decisão revelaram relações com o percurso temporal de tomada de decisão. Verificou-se uma relação positiva entre o período temporal decorrido entre os primeiros pensamentos de separação e a tomada de decisão, com o estilo evitante que pressupõe a utilização de estratégias de adiamento da decisão. Recorde-se que esse período revelou ser o mais longo para a maioria dos indivíduos e que são característicos desta fase sentimentos de ambivalência que podem levar os indivíduos a adiar a tomada de decisão. Os dois períodos temporais seguintes, a decisão de separação e a comunicação ao parceiro e a comunicação desta e separação física, estão negativamente relacionados com o estilo espontâneo. Estes resultados pressupõem que sujeitos que se caracterizam pela imediatividade e rapidez na tomada de decisão parecem passar menos tempo nesses dois períodos temporais. De igual modo, ambos os componentes (estilo espontâneo e os dois períodos temporais) pressupõem períodos de tempo mais curtos: decisões tomadas rapidamente e recorde-se que esses dois períodos foram relativamente curtos para a maioria dos sujeitos (três meses).

O estilo de tomada de decisão racional, que se caracteriza por decisões ponderadas, reflexões e análises de opções e alternativas existentes, está positivamente associado com o grau de satisfação com a decisão. Assim, parece que os indivíduos que refletem e ponderam melhor a decisão de separação se encontram mais satisfeitos numa fase posterior. Estes resultados podem estar relacionados com uma melhor preparação e aceitação da separação por parte destes sujeitos, que reconheceram a relação como insatisfatória e refletiram sobre as dificuldades conjugais, assim após a separação parecem melhor preparados, facilitando a adaptação à separação (Hewitt & Turrel, 2011; Wang & Amato, 2000).

Foram ainda encontradas relações entre os componentes estilos de tomada de decisão e os custos e benefícios do término da relação conjugal. O estilo intuitivo está negativamente relacionado com o fator atrativo relacional, sentimentos positivos nutridos pelo parceiro. Esta relação parece fazer sentido pela definição de estilo intuitivo que implica que os indivíduos se “guiem” pelos seus sentimentos e comportamentos, assim por uma questão de coerência quanto mais os sentimentos dificultam a decisão menos intuitivos são os sujeitos. As relações positivas encontradas

entre a história da relação passada em conjunto e a segurança emocional da relação com o estilo espontâneo, pode estar relacionada por estes indivíduos perceberem estes fatores como dificultando a decisão, mas não implicarem, contudo, que os indivíduos demorem mais tempo a tomar a decidir separar-se. Recorde-se que a decisão de separação foi considerada difícil para a maioria dos participantes e a história da relação passada em conjunto a atração relacional que, em média, mais dificulta a decisão de separação, assim, os indivíduos tendencialmente mais espontâneos não “fogem” a esta opinião. A satisfação sexual parece apresentar uma relação de sentido negativo com o estilo evitante, pressupondo a possibilidade de esta atração ser percebida pelos indivíduos como tendo dificultado a decisão de separação, embora não implique estratégias de adiamento da decisão. Assim, a satisfação sexual parece não ser, por si só, um fator suficiente para explicar comportamentos de adiamento da decisão. A segurança económica da relação (como atração relacional) e os custos económicos da separação (como barreira ao término) revelaram uma relação positiva com o estilo de tomada de decisão evitante. Assim, os indivíduos parecem adiar a decisão de separação conjugal, pelas consequências económicas nefastas que uma separação implica, sobretudo em contextos socioeconómicos mais críticos. O sentimento de liberdade e autonomia pessoal, como alternativa relacional, parece estar positivamente relacionado ao estilo de tomada de decisão intuitivo. Assim, uma vez mais, este resultado pode ser justificado pela definição de estilo intuitivo, que pressupõe que os indivíduos se guiam pelos seus sentimentos e comportamentos para tomar decisões. Indivíduos cujos sentimentos de liberdade e de autonomia pessoal facilitam a decisão, caracterizam-se por este estilo, uma vez que tendem a “seguir” os seus sentimentos. Já a relação positiva encontrada entre o estilo racional e a alternativa relacional projetos pessoais, pode sugerir que quando os indivíduos vêm a existência de projetos pessoais como facilitando a decisão de separação, avaliam-nos bem, refletindo sobre possíveis planos sobre o futuro e objetivos de vida pessoais.

Foram também encontradas algumas relações entre as causas apontadas para a dissolução conjugal e os estilos de tomada de decisão. Algumas causas de natureza afetiva (*e.g.*, falta de amor, problemas de comunicação) apontadas pelos indivíduos como tendo contribuído para a dissolução da relação apresentaram relações positivas moderadas com o estilo evitante. Assim, estas causas de natureza mais afetiva envolvem, frequentemente, uma quebra de laços afetivos, uma negação das dificuldades conjugais e sentimentos de ambivalência, o que justifica a utilização de estratégias de

adiamento da decisão de separação (Kayser & Rao, 2006; Textor, 1989). Foi também verificada uma relação positiva entre a causa relações extra-conjugais e o estilo de tomada de decisão espontâneo. Este resultado pode estar relacionado com o impacto que uma relação extra-conjugal tem no funcionamento diádico do casal, sendo uma causa muito associada a sentimentos de zanga, raiva, desilusão, quebra da confiança nos parceiros, justificando-se um estilo que envolve a rapidez e imediaticidade de tomada de decisão. As relações extra-conjugais são ainda consideradas pela sociedade como um ato inaceitável o que pode levar os indivíduos traídos a sentirem “pressão/obrigação” para sair da relação (Rodrigues et al., 2006). Os problemas com os filhos também parecem estar positivamente relacionados com o estilo espontâneo. Desde modo, parece que a existência de problemas que envolvem os filhos surge associada a uma maior brevidade da tomada de decisão de separação podendo estar relacionada com uma situação de ameaça à proteção dos filhos (*e.g.*, situações de abuso e/ou violência para com os filhos). Recorde-se da “força” que a existência de filhos tem em dificultar a decisão de separação dos indivíduos, assim, apenas situações em que esteja em causa a proteção dos filhos, parecem justificar a rapidez na tomada de decisão. Os problemas com familiares e/ou amigos, como causas apontadas para a dissolução da relação, parecem estar associados negativamente com o estilo espontâneo e positivamente com o estilo racional. Este dado parece refletir que essas causas não estão “diretamente” relacionadas com a relação conjugal (*e.g.*, parceiro e filhos), assim, estas, por si só, talvez não sejam suficientes para os indivíduos decidirem terminar a relação, apesar de poderem ter um “peso” na decisão.

No que diz respeito a diferenças entre homens e mulheres foram encontradas algumas nos componentes envolvidos no processo de tomada de decisão de separação conjugal. No presente estudo participaram mais mulheres do que homens, este dado pode representar um aspeto consensual na literatura que afirma que as mulheres tomam mais vezes a iniciativa de terminar a relação conjugal do que os homens. Existem várias razões que a literatura aponta para este dado, nomeadamente: as mulheres durante a relação conjugal, parecem estar mais conscientes das dificuldades conjugais, sendo mais provável iniciarem discussões e tentarem resolver conflitos do que os homens; de igual modo, no período pós-separação, as mulheres comparativamente com os homens, apresentam explicações mais completas e complexas para justificar o fim da relação conjugal (Amato & Previti, 2003; Hewitt et al., 2006; Kitson, 1992). Parece, portanto, que as mulheres apresentam um papel mais ativo durante a relação conjugal, e ao

avaliarem a relação de forma negativa, sentem-se mais motivadas a terminá-la. Pelas mesmas razões os resultados revelaram que o percurso temporal da tomada de decisão de separação conjugal parece ser mais longo para as mulheres. Esta última diferença pode ainda estar associada às consequências negativas que uma separação implica, uma vez que, por exemplo em termos económicos os estudos indicam que a mulher sofre uma maior quebra do que os homens (Gadalla, 2008).

Os custos e benefícios do término da relação conjugal, também revelaram diferenças em função do género. No que diz respeito às variáveis associadas às atrações relacionais, encontraram-se diferenças nos sentimentos positivos nutridos pelo parceiro e na segurança económica da relação conjugal. Os homens consideram os sentimentos positivos nutridos pelos parceiros como aspeto que mais dificulta a decisão comparativamente com as mulheres. Este dado pode estar relacionado com as causas mencionadas para a dissolução da separação conjugal, isto é, os homens parecem mencionar razões mais externas à relação (*e.g.*, problemas no trabalho) e as mulheres razões de natureza mais emocionais (*e.g.*, falta de amor) (Amato & Previti, 2003; Kitson, 1992; Lvinger, 1966). Assim, os sentimentos positivos nutridos pelos parceiros dificultam mais a decisão de separação dos homens porque ainda existem, ao contrário das mulheres. Por outro lado, as mulheres consideram a segurança económica da relação conjugal, como aspeto que mais dificulta a decisão de separação conjugal, comparativamente com os homens. Estes dados podem estar relacionados com as mulheres, na generalidade, sofrerem um maior declínio económico com a separação conjugal (Gadalla, 2008). Alguns estudos tentaram explicar este facto com diversos fatores sociais: as mulheres, de uma forma geral, usufruem de menores condições salariais do que os homens; os filhos, na generalidade das situações, ficam a cargo das mães, sendo que muitas vezes as responsabilidades familiares das mulheres podem colidir e restringir com as suas aspirações profissionais (Maume, 2006; Wallerstein & Lewis, 2013). Relativamente às alternativas à relação, as mulheres apontaram o sentimento de liberdade e autonomia pessoal como mais facilitador da tomada de decisão de separação conjugal em comparação com os homens. Este dado pode sugerir que com a evolução dos papéis sexuais, as mulheres apresentam maior possibilidade de autonomia e independência, daí percecionarem estes aspetos como facilitando a tomada de decisão (Kalmijn & Poortman, 2006).

Os resultados deste estudo também verificaram diferenças entre homens e mulheres nos estilos de tomada de decisão de separação conjugal. As mulheres parecem

caracterizar-se por estilos de tomada de decisão mais intuitivos e dependentes do que os homens. Assim, parece que as mulheres tendem a guiar-se mais por sentimentos e comportamentos e também a necessitar da opinião e conselhos de outros significativos para tomarem a decisão de separação conjugal. Diversos autores referem que as mulheres se encontram mais predispostas a pedir ajuda quando necessitam, partilham mais os seus problemas com os outros e procuram mais apoio emocional, comparativamente com os homens (Duck & Wood, 2006; Kitson, 1992). De um modo geral, alguns autores salientam que as mulheres parecem mais “emocionais” do que os homens, experienciando emoções de forma mais intensa, o que pode estar relacionado com a tendência de seguirem mais os seus sentimentos (Tamres, Janicki & Helgeson, 2002).

Relativamente às tentativas de resolução das dificuldades conjugais, causas apontadas para a dissolução das relações e atribuição de responsabilidade pelas dificuldades conjugais, não foram encontradas diferenças entre homens e mulheres, contrariamente ao esperado pela literatura. Estes resultados podem estar associados ao facto de os estudos tenderem a comparar homens e mulheres separados nestes componentes não fazendo distinção entre iniciadores e não iniciadores e, por isso, encontrarem diferenças.

Todos os resultados apresentados devem ser lidos com algum cuidado, dado que o presente estudo apresenta algumas limitações. Verificam-se questões metodológicas sobretudo ao nível da amostra, dos instrumentos utilizados e do método de recolha de dados, os quais poderão ter influenciado o facto de alguns resultados terem apresentado apenas relações fracas e moderadas.

Ao nível da amostra, esta foi obtida através de uma plataforma *online*, que apesar das suas potencialidades apresenta algumas limitações. A resposta ao acaso merece preocupação, uma vez que não se podem controlar condições de preenchimento dos instrumentos, e responder, no momento, a dúvidas dos indivíduos durante a participação. No entanto, foi fornecido o contacto da investigadora para qualquer dúvida ou esclarecimento, o que pode ter atenuado os efeitos de algumas limitações anteriores. Por outro lado, a amostra deste estudo era relativamente pequena (62 indivíduos), e sendo uma amostra não intencional de conveniência, não representativa da população e com grande desproporção desde logo ao nível do género (71% mulheres e 29% homens), afasta a possibilidade de generalização dos resultados. Adicionalmente, este estudo apresentava uma natureza retrospectiva, assim, as respostas dos participantes

poderão apresentar mais variabilidade e menor precisão devido a possíveis enviesamentos nas suas respostas por questões mnésicas (*e.g.*, distorções de informação devido à passagem do tempo). O critério definido para a duração de separação era no máximo, três anos, contudo, não foram analisadas diferenças em termos do período pós-separação em que os indivíduos se encontravam. Assim, as respostas dos participantes poderão apresentar uma maior variabilidade em função da fase de adaptação à separação em que se encontravam. De forma a colmatar estas limitações, estudos futuros poderiam definir como critério de participação indivíduos apenas separados recentemente (*e.g.*, até seis meses) ou analisar resultados em função do tempo de separação (*e.g.*, comparar um grupo de indivíduos recém-separados com um grupo de indivíduos separados há mais tempo). No questionário de tomada de decisão de separação conjugal avaliou-se o percurso temporal da decisão de separação através de alternativas de resposta com intervalos tempo. Assim, esta alternativa de resposta não permitiu recolher informação mais precisa sobre o percurso temporal, nem avaliar o percurso temporal total da decisão de separação conjugal. Uma maior riqueza na recolha de informação sobre o percurso temporal da decisão de separação poderia ter sido importante na melhor compreensão deste componente e na interpretação dos dados.

Por seu turno, o apoio empírico do presente estudo para a compreensão do processo de tomada de decisão de separação conjugal, dada as inter-relações existentes entre componentes e diferenças entre homens e mulheres, acentua a relevância de se continuar a investigar este domínio. Relativamente às relações encontradas nos diferentes componentes envolvidos no processo de tomada de decisão de separação conjugal muitas questões ainda se colocam, assim seria pertinente estudar eventuais efeitos de interação entre as mesmas. Dada a importância encontrada relativamente ao fator existência de filhos para a dificuldade na tomada de decisão de separação conjugal, seria profícuo, futuramente, avaliar diferenças na tomada de decisão de separação conjugal, em função da idade dos filhos, por exemplo. O instrumento utilizado para avaliar os estilos de tomada de decisão foi traduzido e adaptado para este estudo, e as análises realizadas revelaram uma boa consistência interna. No entanto, para investigações futuras será interessante um estudo mais específico e detalhado sobre as suas propriedades psicométricas e adequação linguística da sua tradução.

Outras questões parecem ainda pertinentes em termos de investigação e que têm sido consideradas importantes na literatura, nomeadamente eventuais diferenças no estudo do processo de tomada de decisão de separação conjugal em função da duração

da relação de coabitação (*e.g.*, relações mais longas e relações mais curtas) e também do estudo deste processo quando existem situações de separação-reconciliação. Um estudo diferenciando grupos de indivíduos em função das variáveis acima descritas poderia auxiliar na compreensão e interpretação de alguns resultados deste estudo.

Em termos clínicos os resultados do presente estudo realçam a pertinência de intervenções com indivíduos que estejam ou tenham experienciado um processo de tomada de decisão de separação conjugal. Como já vimos, o processo de terminar uma relação conjugal envolve três fases, pré-separação, separação e pós-separação. Cada uma destas fases relaciona-se entre si e envolve um conjunto de tarefas individuais e relacionais com implicações no funcionamento individual e familiar (*e.g.*, aceitação da perda emocional e de papel; integração social; aliança coparental funcional). Assim, partindo do pressuposto acima descrito alguns resultados deste estudo são relevantes na medida em que podem auxiliar profissionais de saúde que se deparem com indivíduos em fase de pré-separação e pós-separação.

Relativamente à fase pré-separação, parece mais raro os indivíduos pedirem ajuda a profissionais de saúde. Recorde-se que os resultados deste estudo revelaram que para a maioria dos participantes esta fase é muito intrapessoal, onde não existe partilha dos pensamentos sobre a possibilidade de separação conjugal com ninguém. Contudo, para indivíduos que procurem apoio psicológico nesta fase, alguns resultados deste estudo, podem demonstrar-se úteis na melhor compreensão e auxílio a estes para os profissionais de saúde. Na fase pré-separação, os indivíduos tendem a procurar apoio psicológico quando ainda estão indecisos sobre a separação conjugal ou quando já tomaram a decisão mas não estão a conseguir lidar com as implicações que esta poderá trazer.

Quando os indivíduos estão indecisos sobre a separação conjugal os profissionais de saúde podem intervir auxiliando-os a tomarem a decisão mais adaptativa possível, ou seja, manter ou terminar a relação conjugal. Recorde-se que as causas mais mencionadas pelos participantes como tendo contribuído para a dissolução da relação conjugal foram de natureza afetiva (*e.g.*, falta de amor/perda de intimidade) e que estas estavam muito relacionadas a um estilo de tomada de decisão mais evitante, onde predominam comportamentos de adiamento da decisão. Assim, estas causas e comportamentos parecem muito relacionadas com o processo de *dissafection*, proveniente da literatura. Kayser (1996) propõe que os objetivos terapêuticos devem ser estabelecidos em função da fase do processo de *dissafection* em que os indivíduos se

encontram. Assim, indivíduos que se encontrem na fase mais inicial onde predomina a desilusão com os parceiros e/ou a relação, a intervenção deverá ser focada, por exemplo, no desenvolvimento de estratégias de comunicação entre o casal. Em indivíduos que se encontrem em fases mais avançadas deste processo, os profissionais de saúde podem intervir na “reestruturação” do amor ou no auxílio a uma tomada de decisão de separação conjugal.

A forma como os indivíduos tomam a decisão de separação conjugal também parece relevante. Recorde-se que neste estudo encontrou-se uma relação positiva entre o estilo de tomada de decisão racional e a satisfação com a tomada de decisão, pressupondo que indivíduos cuja decisão de separação envolveu a utilização de estratégias de ponderação, pensamento cuidadoso, exploração das opções e alternativas existentes, parecem encontrar-se mais satisfeitos posteriormente com a decisão. Assim, uma intervenção focada no treino de resolução de problemas e tomada de decisão parece pertinente, de forma a atuar numa vertente mais preventiva auxiliando os indivíduos a tomarem decisões conscientes, informadas, considerando as opções/alternativas existentes (*e.g.*, estimulação do pensamento alternativo) e também as possíveis consequências das suas opções/alternativas (*e.g.*, estimulação do pensamento consequencial). Salts (1985) propõe um treino de tomada de decisão, que pode ser desenvolvido individualmente ou mesmo com casais que se encontrem em fase pré-separação. Este treino comporta sete passos como: 1) Identificação e definição das necessidades e problemas individuais e do casal; 2) desenvolvimento de soluções alternativas de forma a ir de encontro às necessidades e à resolução do(s) problema(s); 3) consideração do resultado potencial de cada solução alternativa; 4) escolha da solução mais adequada; 5) implementação das escolhas; 6) avaliação do resultado e 7) identificação das necessidades e problemas se a avaliação do resultado não for satisfatória.

De uma forma geral, este estudo revelou também um dado muito importante, a tomada de decisão de separação conjugal é muito difícil e complexa para a maioria dos sujeitos. A fase de tomada de decisão de separação conjugal revelou ser a mais longa, demorando para a maior parte dos indivíduos mais de doze meses entre pensarem em separar-se até tomarem esta decisão. Assim, e sabendo que desta fase são característicos componentes e reações emocionais (*e.g.*, tristeza, raiva, zanga), cognitivas (*e.g.*, preocupações), comportamentais (*e.g.*, conflitos) e até psicossomáticos (*e.g.*, stress,

aumento da tensão arterial), poderá intervir-se com objetivos interventivos focados na compreensão da experiência dos pacientes e no alívio sintomático.

A existência de filhos revelou ser o fator que mais dificulta a decisão de separação conjugal, assim, este resultado também parece importante uma vez que para pais que procurem apoio psicológico nesta fase parece relevante os profissionais de saúde valorizarem este aspeto nas suas intervenções.

Os problemas de comunicação destacaram-se como causa apontada pelos indivíduos como contribuindo para a dissolução da relação conjugal, este dado também tem sido encontrado noutros estudos. Assim, parece relevante os profissionais de saúde trabalharem nesta área com casais que se confrontem com dificuldades conjugais.

Este estudo revela, igualmente, resultados com possíveis implicações clínicas para indivíduos que procurem acompanhamento psicológico na fase pós-separação. Uma vez mais, será fundamental, profissionais de saúde valorizarem a inter-relação existente entre as diferentes fases envolvidas na separação conjugal. Assim, a forma como os indivíduos experienciaram a fase anterior (pré-separação) poderá influenciar as fases posteriores, nomeadamente na resolução das tarefas individuais e relacionais que uma separação conjugal implica. De uma forma geral, parece importante os profissionais de saúde compreenderem e explorarem informações sobre cada componente do processo de tomada de decisão apresentado neste estudo e perceber a relação entre eles.

A forma como os indivíduos tomam a decisão, ou seja, o estilo de tomada de decisão que melhor caracteriza a tomada de decisão de separação conjugal dos indivíduos deve ser tida em conta. Recorde-se da relação positiva encontrada entre o estilo racional e o grau de satisfação com a decisão. Este aspeto pode pressupor que a forma como os indivíduos tomaram a decisão na fase anterior poderá ter implicações na fase pós-separação, nomeadamente no grau de satisfação com a decisão. Assim, parece importante os profissionais de saúde tentarem perceber as estratégias que os indivíduos utilizaram nas suas tomadas de decisão.

As causas percebidas pelos indivíduos como tendo contribuído para a dissolução da relação conjugal e a atribuição de responsabilidade também parecem relevantes. De uma forma geral, os participantes deste estudo atribuíram uma maior responsabilização pela separação aos parceiros. A literatura salienta que indivíduos que tendem a responsabilizar mais o parceiro parecem encontrar-se pior adaptados na fase pós-separação. Recorde-se da relação encontrada neste estudo entre a causa ciúme e

desconfiança e a atribuição de maior responsabilidade aos parceiros. Recorde-se também que os indivíduos que consideram essa causa como tendo contribuído para a separação parecem estar mais insatisfeitos numa fase posterior, o que poderá justificar-se pelas dificuldades de adaptação da fase pós-separação.

Outro resultado que pode aqui ser destacado pelas suas possíveis implicações clínicas foi a relação encontrada entre a causa relações extraconjugais e estilo de tomada de decisão espontâneo. Este resultado parece indicar que os indivíduos saem rápido das relações conjugais quando confrontados com relações extra-conjugais. Em termos clínicos, parece importante auxiliar estes indivíduos a refletir sobre a relação conjugal, uma vez que através da utilização de um estilo pautado pela imediaticidade e rapidez, estes podem não ter ponderado bem a decisão de separação conjugal e refletido sobre as dificuldades conjugais. Assim, estes aspetos podem dificultar a resolução das tarefas individuais e relacionais na fase pós-separação (*e.g.*, conflitos entre os membros do casal e dificuldade de estabelecimento de uma aliança coparental funcional).

As diferenças encontradas neste estudo em homens e mulheres nos diversos componentes envolvidos no processo de tomada de decisão de separação conjugal também poderão ser importantes para os profissionais de saúde. O conhecimento destas diferenças poderá auxiliar profissionais de saúde a desenvolverem estratégias de intervenção mais fundamentadas e baseadas nas especificidades que homens e mulheres apresentam num processo de tomada de decisão de separação conjugal. Por exemplo, os resultados deste estudo apontam para diferenças entre homens e mulheres na forma como tomam decisões. As mulheres parecem guiar-se mais pelas emoções e sentimentos e necessitam da ajuda de outros intervenientes para tomar decisões, enquanto os homens revelam uma tendência para a imediaticidade e rapidez para tomar a decisão de separação conjugal. De igual modo, alguns fatores que dificultam mais a decisão de separação são diferentes em função do género. Nos homens parecem ser os sentimentos positivos nutridos e nas mulheres a segurança económica. Estas diferenças deverão por isso ser tidas em conta para os profissionais de saúde apresentarem uma maior capacidade de compreensão das vivências e características dos seus clientes em função do género, e consequentemente, delinearem intervenções mais apropriadas.

## Referências Bibliográficas

- Adams, J. M., & Jones, W. H. (1999). Interpersonal commitment in historical perspective. In J. M. Adams & W. H. Jones (Eds.), *Handbook of Interpersonal Commitment and Relationship Stability* (pp.3-33). New York: Plenum Publishers.
- Ahrons, C. (1994). *The Good Divorce: Keeping your family together when your marriage comes apart*. New York: HarperCollins.
- Alarcão, M. (2006). *(Des)Equilíbrios Familiares* (3ª ed.). Coimbra: Quarteto.
- Amato, P. R. (2000). The consequences of divorce for adults and children. *Journal of Marriage and Family*, 62(4), 1269-1287.
- Amato, P. R. (2010). Research on divorce: continuing trends and new developments. *Journal of Marriage and Family*, 72, 650-666. doi: 10.1111/j.1741-3737.2010.00723.x
- Amato, P., & Hohmann-Marriott, B. (2007). A comparison of high- and low-distress marriages that end in divorce. *Journal of Marriage and Family*, 69(3), 621-638. doi: 10.1111/j.1741-3737.2007.00396.x
- Amato, P., & Previti, D. (2003). Peoples's reasons for divorcing: Gender, social class, the life course, and adjustment. *Journal of Family Issues*, 24 (5), 602-626. Recuperado de doi: 10.1177/0192513X03254507
- Amato, P., & Rogers, S. (1997). A longitudinal study of marital problems and subsequent divorce. *Journal of Marriage and Family*, 59(3), 612-624.
- Baena, A., Fuster, H., & Carbonell, X. (2010). Retos metodológicos de la investigación psicológica a distancia. *Aloma*, 26, 137-156. Retirado de [http://fpcee.blanquerna.url.edu/condesa/articles/A.Baena\\_et%20all\\_Aloma\\_26.pdf](http://fpcee.blanquerna.url.edu/condesa/articles/A.Baena_et%20all_Aloma_26.pdf)
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61 (2), 266-244.

- Baum, N. (2003). Divorce process variables and the co-parental relationship and parental role fulfilment of divorced parents. *Family Process*, 42(1), 117-131. doi: 10.1111/j.1545-5300.2003.00117.x
- Baum, N. (2007). "Separation guilt" in women who initiate divorce. *Clinical Social Work Journal*, 35(1), 47-55. doi: 10.1007/s10615-006-0053-5
- Booth, A., & Edwards, J. N. (1992). Starting over: Why remarriages are more unstable. *Journal of Family Issues*, 13(2), 179-194. doi: 10.1177/019251392013002004
- Bottom, T. (2013). The well-being of divorced fathers: A review and suggestions for future research. *Journal of Divorce & Remarriage*, 54(3), 214-230. doi: 10.1080/10502556.2013.773802
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss*: Vol. 1. Attachment. New York: Hogarth Press.
- Bowlby, J. (1982). Attachment and loss: Retrospect and prospect. *American Journal of Orthopsychiatry*, 52(4), 664-678. doi: 10.1111/j.1939-0025.1982.tb01456.x
- Bradbury, T., Fincham, F., & Beach, S. (2000). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review. *Journal of Marriage and the Family*, 62(4), 964-980. doi: 10.1111/j.1741-3737.2000.00964.x
- Bradbury, T., & Karney, B. (2010). *Intimate relationships*. New York: Norton & Company.
- Broman, C. L. (2002). Thinking of divorce, but staying married. *Journal of Divorce & Remarriage*, 37 (1/2), 151-161. doi: 10.1300/J087v37n01\_09
- Buehler, C. (1987). Initiator status and the divorce transition. *Family Relations*, 36(1), 82-86.
- Burleson, B., Metts, S., & Kirch, M. (2000). Communication in close relationships. In C. Hendrick & S. Hendrick (Eds.), *Close Relationships: A Sourcebook*. (pp.245-258). California: Sage Publications.
- Canary, D., & Dainton, M. (2006). Maintaining relationships. In A. Vangelisti & D. Perlman (Eds.), *The Cambridge Handbook of Personal Relationships*. (pp.727-743). New York: Cambridge University Press.

- Carrol, J., Badger, S., & Yang, C. (2006). The ability to negotiate or the ability to love? Evaluating the developmental domains of marital competence. *Journal of Family Issues*, 27(7), 1001-1032. doi: 10.1177/0192513x06287248
- Cleek, M., & Pearson, T. (1985). Perceived causes of divorce: An analysis of interrelationships. *Journal of Marriage and Family*, 47(1), 179-183. doi: 10.2307/352080
- Cohen, J. (1992). A power primer. *Psychological Bulletin*, 112(1), 155-159.
- Cohen, O., & Finzi-Dottan, R. (2012). Reasons for divorce and mental health following the breakup. *Journal of Divorce & Remarriage*, 53(8), 581-601. doi: 10.1080/10502556.2012.719413
- Cook, K. S. & Rice, E. (2003). Social Exchange Theory. In J. DeLamater (Eds.), *Handbook of Social Psychology*. (pp. 53–76). New York: Kluwer.
- Coolins, R., Ellickson, P., & Klein, D. (2007). The role of substance use in young adult divorce. *Addiction*, 102(5), 786-794. doi: 10.1111/j.1360-0443.2007.01803.x
- Costa, M. (2005). *À procura da intimidade*. Porto: Edições ASA.
- Crane, D., Soderquist, J., & Gardner, M. (1995). Gender differences in cognitive and behavioral steps toward divorce. *Journal of Family Therapy*, 23(2), 99-105.
- Demir, M. (2008). Sweetheart, you really make me happy: Romantic relationship quality and personality as predictors of happiness among emerging adults. *Journal of Happiness Studies*, 9(2), 257–277.
- Dewberry, C., Juanchich, M., & Narendran, S. (2013a). Decision-making competence in everyday life: The roles of general cognitive styles, decision-making styles and personality. *Personality and Individual Differences*, 55(7), 783-788. doi: 10.1016/j.paid.2013.06.012
- Dewberry, C., Juanchich, M., & Narendran, S. (2013b). The latent structure of decision styles. *Personality and Individual Differences*, 54(5), 566-571. doi: 10.1016/j.paid.2012.11.002

- Dindia, K. (2000). Relational Maintenance. In C. Hendrick & S. Hendrick (Eds.), *Close Relationships: A Sourcebook*. (pp.287-299). California: Sage Publications.
- Duck, S., & Wood, J. (2006). What goes up may come down: Sex and gendered patterns in relational dissolution. In M. Fine & J. Harvey (Eds.), *Handbook of divorce and relationship dissolution*. (pp.169-187). New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Dupuis, S. (2007). A look at issues affecting remarried couples and the implications towards therapeutic techniques. *Journal of Divorce & Remarriage*, 48(1/2), 91-104. doi: 10.1300/J087v48n01\_05
- Dwyer, D. (2000). *Interpersonal relationships*. London: Routledge.
- Feeney, J. A. (2008). Adult romantic attachment and couple relationships. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research and clinical applications* (pp. 355-377). New York: The Guilford Press.
- Féres-Carneiro, T. (2003). Separação: O doloroso processo de dissolução da conjugalidade. *Estudos de Psicologia*, 8(3), 367-374.
- Finzi, R., Cohen, O., & Ram, A. (2000). Attachment and divorce. *Journal of Family Psychotherapy*, 11(1), 1-20. doi: 10.1300/j085v11n01\_01
- Fletcher, G., Simpson, J., Campbell, L., & Overall, N. (2013). *The science of intimate relationships*. Oxford: Wiley-Blackwell.
- Gadalla, T. (2008). Impact of marital dissolution on men's and women's incomes: a longitudinal study. *Journal of Divorce & Remarriage*, 50(1), 55-65. doi: 10.1080/10502550802365714
- Gambetti, E., Fabbri, M., Bensi, L., & Tonetti, L. (2008). A contribution to the Italian validation of the general decision-making style inventory. *Personality and Individual Differences*, 44(4), 842-852. doi: 10.1016/j.paid.2007.10.017
- Gere, J., & MacDonald, G. (2010). An update of the empirical case for the need to belong. *Journal of Individual Psychology*, 66, 93-115.

- Glenn, N. (1998). The course of marital success and failure in five american 10-year marriage cohorts. *Journal of Marriage and Family*, 60(3), 569-576. Doi: 10.2307/353529
- Granger, L. (1980). *La communication dans le couple*. Montréal: Les Éditions de l'Homme.
- Gray, J., & Silver, R. (1990). Opposite sides of the same coin: former spouses' divergent perspectives in coping with their divorce. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(6), 1180-1191.
- Greenberg, L., & Goldman, R. (2008). The dynamics of emotion, love and power in an emotion-focused approach to couple therapy. *Person-Centered & Experiential Psychotherapies*, 7(4), 279-293.
- Hawkins, A., Willoughby, B., & Doherty, W. (2012). Reasons for divorce and openness to marital reconciliation. *Journal of Divorce & Remarriage*, 53(6), 453-463. doi: 10.1080/10502556.2012.682898
- Heaton, T., & Blake, A. (1999). Gender differences in determinants of marital disruption. *Journal of Family Issues*, 20(1), 25-45. doi: 10.1177/019251399020001002
- Hewitt, B. (2009). Which spouse initiates marital separation when there are children involved? *Journal of Marriage and Family*, 71, 362-372. doi: 10.1111/j.1741-3737.2009.00603.x
- Hewitt, B., & Turrell, G. (2011). Short-term functional health and well-being after marital separation: Does initiator status make a difference? *American Journal of Epidemiology*, 173, 1308–1318. doi: 10.1093/aje/kwr007
- Hewitt, B., Western, M., & Baxter, J. (2006). Who decides? The social characteristics of who initiates marital separation. *Journal of Marriage and Family*, 68(5), 1165-1177. doi: 10.1111/j.1741-3737.2006.00321.x
- Johnson, H., Kent, A., & Yale, E. (2012). Examination of identity and romantic relationship intimacy associations with well-being in emerging adulthood. *An*

*International Journal of Theory and Research*, 12(4), 296-319. doi: 10.1080/15283488.2012.716381

Kalmijn, M., & Poortman, A. (2006). His or her divorce? The gendered nature of divorce and its determinants. *European Sociological Review*, 22(2), 201-214. doi: 10.1093/esr/jci052

Kalmijn, M., & Uunk, W. (2007). Regional value differences in Europe and the social consequences of divorce: A test of the stigmatization hypothesis. *Social Science Research*, 36(2), 447-468. doi: 10.1016/j.ssresearch.2006.06.001

Kayser, K. (1996). The marital disaffection scale: an inventory for assessing emotional estrangement in marriage. *The American Journal of Family Therapy*, 24(1), 83-88. doi: 10.1080/01926189508251019

Kayser, K., & Rao, S. (2006). Process of Disaffection in Relationship Breakdown. In M. Fine & J. Harvey (Eds.), *Handbook of divorce and relationship dissolution*. (pp.201-240). New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.

Kitson, G. (1992). *Portrait of divorce: Adjustment to marital breakdown*. New York: The Guilford Press.

Klaczynski, P. A., Byrnes, J. P., & Jacobs, J. E. (2001). Introduction to the special issue the development of decision making. *Applied Developmental Psychology*, 22(3), 225-236. doi: 10.1016/s0193-3973(01)00081-8

Knoester, C., & Booth, A. (2000). Barriers to divorce. When are they effective? When are they not? *Journal of Family Issues*, 21(1), 78-99. doi: 10.1177/019251300021001004

Lachance-Grzela, M., & Bouchard, G. (2009). La cohabitation et le mariage, deux mondes à part? Un examen des caractéristiques démographiques, individuelles et relationnelles. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 41(1), 37-44. doi: 10.1037/a0013407

Lamela, D., Figueiredo, B., & Bastos, A. (2014). The portuguese version of the psychological adjustment to separation test-part a (past-a): A study with recently

and non-recently divorced adults. *Journal of Happiness Studies*, 15(2), 387-416.  
doi: 10.1007/s10902-013-9427-x

Laurenceau, J., & Kleinman, B. (2006). Intimacy in Personal Relationships. In A. Vangelisti & D. Perlman (Eds.), *The Cambridge Handbook of Personal Relationships*. (pp.637-653). New York: Cambridge University Press.

Lavy, S., Mikulincer, M., & Shaver, P. (2010). Autonomy–proximity imbalance: An attachment theory perspective on intrusiveness in romantic relationships. *Personality and Individual Differences*, 48(5), 552-566. doi: 10.1016/j.paid.2009.12.004

Lawrence, E., Ro, E., Barry, R., & Bunde, M. (2006). Mechanisms of Distress and Dissolution in Physically Aggressive Romantic Relationships. In M. Fine & J. Harvey (Eds.), *Handbook of divorce and relationship dissolution*. (pp.263-286). New Jersey: Lawrence Erlbaum associates.

Levinger, G. (1965). Cohesiveness and dissolution: An integrative review. *Journal of Marriage and Family*, 27(1), 19-28. doi: 10.2307/349801

Levinger, G. (1966). Sources of marital dissatisfaction among applicants for divorce. *American Journal of Orthopsychiatry*, 36(5), 803-807.

Levinger, G. (1976). A social psychological perspective on marital dissolution. *Journal of Social Issues*, 32 (1), 21-47. doi: 10.1111/j.1540-4560.1976.tb02478.x

Leykin, Y., & DeRubeis, R. (2010). Decision-making styles and depressive symptomatology: Development of the decision styles questionnaire. *Judgment and Decision Making*, 5(7), 506-515.

Loo, R. (2000). A psychometric evaluation of the general decision-making style inventory. *Personality and Individual Differences*, 29(5), 895-905. doi: 10.1016/S0191-8869(99)00241-X

Markman, H., Rhoades, G., Stanley, S., Ragan, E., & Whitton, S. (2010). The premarital communication roots of marital distress and divorce: The first five years of marriage. *Journal Of Family Psychology*, 24(3), 289-298.

Marôco, J. (2011). *Análise estatística com o SPSS Statistics*. Lisboa: ReporNumber.

- Martínez-Álvarez, J., Fuertes-Martín, A., Orgaz-Baz, B., Vicario-Molina, I., & González-Ortega, E. (2014). Vínculos afectivos en la infancia y calidad en las relaciones de pareja de jóvenes adultos: el efecto mediador del apego actual. *Anales de psicología*, 30(1), 211-219.
- Maume, D. (2006). Gender differences in restricting work efforts because of family responsibilities. *Journal of Marriage and Family*, 68(4), 859-869. doi: 10.1111/j.1741-3737.2006.00300.x
- Melichar, J., & Chiriboga, D. (1985). Timetables in the divorce process. *Journal of Marriage and Family*, 47(3), 701-708. doi: 10.2307/352271
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). Attachment processes and couple functioning. In Mikulincer, M., & Shaver, P. R., *Attachment in Adulthood: Structure, Dynamics and Change* (pp. 285-323). New York: The Guilford Press.
- Miller, D. C., & Byrnes, J. P. (2001). Adolescents' decision-making in social situations: A self-regulation perspective. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 22(3), 237-256. doi: 10.1016/s0193-3973(01)00082-x
- Mirecki, R., Brimhall, A., & Bramesfeld, K. (2013). Communication during conflict: Differences between individuals in first and second marriages. *Journal of Divorce & Remarriage*, 54(3), 197-213. doi: 10.1080/10502556.2013.773798
- Myers, S., & Booth, A. (1999). Marital strains and marital quality: The role of high and low locus of control. *Journal of Marriage and Family*, 61(2), 423-436. doi: 10.2307/353759
- Narciso, I., & Ribeiro, M. T. (2009). *Olhares sobre a Conjugalidade*. Lisboa: Coisas de ler.
- Newcomb M., & Bentler, P. (1981). Marital Breakdown. In S. Duck & R. Gilmour (Eds.), *Personal Relationships 3: Personal Relationships in Disorder*. (pp.57-94). London: Academic Press.
- Norgren, M., Mantilla de Souza, R., Kaslow, F., Hammerschmidt, H., & Sharlin, S. (2004). Satisfação conjugal em casamentos de longa duração: Uma construção possível. *Estudos de Psicologia*, 9(3), 575-584.

- Orosa, E., Pinto, E., & Sales, P. (2008). Cuestionarios psicológicos e investigación en Internet: Una revisión de la literatura. *Anales de Psicología*, 24 (1), 150-157.
- Pallant, J. (2007). *SPSS survival manual: A step by step guide to data analysis using SPSS for windows* (3<sup>a</sup> ed.). Berkshire: Open University Press.
- Payne, J. W., Bettman, J. R., & Johnson, E. J. (1993). *The Adaptive Decision Maker*. New York: Cambridge University Press.
- Pestana, M., & Gageiro, G. (2005). *Análise de Dados para Ciências Sociais: a complementaridade do SPSS*. Lisboa: Edições Sílabo.
- Prager, K. (2000). Intimacy in Personal Relationships. C. Hendrick & S. Hendrick (Eds.), *Close Relationships: A Sourcebook*. (pp.229-242). California: Sage Publications.
- Previti, D., & Amato, P. R. (2003). Why stay married? Rewards, barriers, and marital stability. *Journal of Marriage and Family*, 65(3), 561-573. doi: 10.1111/j.1741-3737.2003.00561.x
- Rasmussen, P., & Ferraro, K. (1979). The divorce process. *Alternative Lifestyles*, 2(4), 443-460.
- Reis, H., & Shaver, P. (1988). Intimacy as an Interpersonal Process. In S. Duck (Eds.), *Handbook of Personal Relationships: Theory, Research and Interventions*. (pp.367-389). London: John Wiley & Sons.
- Rempel, J. K., Ross, M., & Holmes, J. G. (2001). Trust and communicated attributions in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81(1), 57-64.
- Rodrigues, A., Hall, J., & Fincham, F. (2006). What Predicts Divorce and Relationship Dissolution? In M. Fine & J. Harvey (Eds.), *Handbook of divorce and relationship dissolution*. (pp.85-112). New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Rollie, S., & Duck, S. (2006). Divorce and Dissolution of Romantic Relationships: Stage Models and Their Limitations. In M. Fine & J. Harvey (Eds.), *Handbook*

*of divorce and relationship dissolution.* (pp.223-240). New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.

Rusbult, C., & Buunk, B. (1993). Commitment processes in close relationships: An interdependence analysis. *Journal of Social and Personal Relationships*, 10(2), 75-204. doi: 10.1177/026540759301000202

Rusbult, C., Coolsen, M., Kirchner, J., & Clarke, J. (2006). Commitment. In A. Vangelisti & D. Perlman (Eds.), *The Cambridge Handbook of Personal Relationships*. (pp.615-635). New York: Cambridge University Press.

Salts, C. (1985). Divorce stage theory and therapy: Therapeutic implications throughout the divorcing process. *Journal of Psychotherapy & The Family*, 1(3), 13-23.

Sari, E. (2008). The relations between decision making in social relationships and decision making styles. *World Applied Sciences Journal*, 3(3), 369-381.

Scott, S., & Bruce, R. (1995). Decision-making style: The development and assessment of a new measure. *Educational and Psychological Measurement*, 55(5), 818-831.

Scott, S., Rhoades, G., Stanley, S., Allen, E., & Markman, H. (2013). Reasons for divorce and recollections of premarital intervention: Implications for improving relationship education. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, 2(2), 131-145.

Shy, L. (2003). The association between adult attachment styles and conflict resolution in romantic relationships. *The American Journal of Family Therapy*, 31(3), 143-157. doi: 10.1080/01926180301120

Spanier, G., & Lewis, R. (1980). Marital quality: A review of the seventies. *Journal of Marriage and Family*, 42(4), 825-839. doi: 10.2307/351827

Sprecher, S. (2002). Sexual satisfaction in premarital relationships: Associations with satisfaction, love, commitment, and stability. *The Journal of Sex Research*, 39(3), 190-196. doi: 10.1080/00224490209552141

- Sprecher, S., & Felmee, D. (1992). The Influence of parents and friends on the quality and stability of romantic relationships: A three-wave longitudinal investigation. *Journal of Marriage and Family*, 54(4), 888-900. doi: 10.2307/353170
- Sprecher, S., Felmee, D., Schmeekle, M., & Shu, X. (2006). No Breakup Occurs on an Island: Social Networks and Relationship Dissolution. In M. Fine & J. Harvey (Eds.), *Handbook of divorce and relationship dissolution*. (pp.457-478). New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Stanley, S. M., & Markman, H. J. (1992). Assessing commitment in personal relationships. *Journal of Marriage and Family*, 54 (3), 595-608. doi: 10.2307/353245
- Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review*, 93(2), 119-135.
- Sternberg, R. J. (2006). A Duplex Theory of Love. In R. J. Sternberg & K. Weis (Eds.), *The New Psychology of Love*. (pp.184-199). New York: Yale University Press.
- Symoens, S., Bastaits, K., Mortelmans, D., & Barcke, P. (2013). Breaking up, breaking hearts? Characteristics of the divorce process and well-being after divorce. *Journal of Divorce & Remarriage*, 54(3), 177-196. doi: 10.1080/10502556.2013.773792
- Tamres, L., Janicki, D., & Helgeson, V. (2002). Sex differences in coping behavior: A meta-analytic review and an examination of relative coping. *Personality and Social Psychology Review*, 6(1), 2-30. doi: 10.1207/s15327957pspr0601\_1
- Textor, M. R. (1989). *The divorce and divorce therapy handbook*. New Jersey: Jason Aronson.
- Wallerstein, J., & Lewis, J. (2013). Mothers and their children after divorce: Report from a 25-year longitudinal study. *Psychoanalytic Psychology*, 30(20), 167-187.
- Wang, H., & Amato, P. (2000). Predictors of divorce adjustment: stressors, resources, and definitions. *Journal of Marriage and Family*, 62(3), 655-668.

- Wieselquist, J., Rusbult, C., Foster, C., & Agnew, C. (1999). Commitment, pro-relationship behavior, and trust in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(5), 942-966.
- Wolcott, I., & Hughes, J. (1999). *Towards understanding the reasons for divorce*. Melbourne: Australian Institute of Family Studies.
- Yoo, H., Bartle-Haring, S., Day, R., Gangamma, R. (2014). Couple communication, emotional and sexual intimacy, and relationship satisfaction. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 40(4), 275-293. doi: 10.1080/0092623X.2012.751072

## **Anexos**

## **Anexo A**

### Questionário Sociodemográfico

## Questionário Sociodemográfico

**Sexo:**

- Masculino
- Feminino

**Idade:**

**Nível de Escolaridade:**

- Menos de 4 anos
- 1.º Ciclo ou equivalente (4 anos)
- 2.º Ciclo ou equivalente (5 - 6 anos)
- 3.º Ciclo ou equivalente (7- 9 anos)
- Ensino Secundário (10 - 12 anos)
- Ensino Superior

**Estatuto Relacional Atual**

- Separado(a) e não envolvido(a) atualmente numa relação amorosa
- Separado(a) e envolvido(a) atualmente numa relação amorosa (sem coabitação)
- Divorciado(a) e não envolvido(a) atualmente numa relação amorosa
- Divorciado(a) e envolvido(a) atualmente numa relação amorosa (sem coabitação)

**Duração da separação conjugal (entre 1 a 36 meses):**

**Número de filhos:**

**Idade dos filhos:**

## **Anexo B**

### Questionário de Tomada de Decisão de Separação Conjugal

## Questionário de Tomada de Decisão de Separação Conjugal

### 1. Duração do namoro (sem coabitação):

Escreva o número de meses e anos que durou a sua relação de namoro.

Exemplo de resposta: Se a sua relação durou 7 meses, escreva 0 Anos e 7 Meses.- Se a sua relação durou 2 anos, escreva 2 Anos e 0 Meses.- Se souber os meses e anos da sua relação escreva os meses e anos da relação, por exemplo 2 anos e 3 meses.

	Ano(s)	Meses
Duração da relação de namoro		

### 2. Duração do casamento/união de facto (relação de coabitação):

Escreva o número de meses e anos que durou a sua relação de coabitação.

Exemplo de resposta: - Se a sua relação durou 7 meses, escreva 0 Anos e 7 Meses. - Se a sua relação durou 2 anos, escreva 2 Anos e 0 Meses. - Se souber os meses e anos da sua relação escreva os meses e anos da relação, por exemplo 2 anos e 3 meses.

	Ano(s)	Meses
Duração da relação de coabitação		

Pensando em todo o período de coabitação da resposta que deu à questão 2, responda às seguintes questões:

**3. Em que período da sua relação conjugal começaram a surgir os primeiros problemas conjugais?** Exemplos de resposta: 1ºano; 3ºano; 6ºano, etc...

### 4. Qual a principal forma que usou para resolver os seus problemas conjugais?

- Não houve tentativa de resolução de dificuldades conjugais
- Procura de ajuda de profissionais (por exemplo, médicos, psicólogos).
- Procura de ajuda de pessoas próximas (por exemplo, familiares, amigos).
- Falar com o(a) parceiro(a) sobre as dificuldades conjugais.
- Outra forma. Qual? \_\_\_\_\_

**5. Em que período da sua relação conjugal começou a ter os primeiros pensamentos sobre a possibilidade de separar-se?** Exemplos de resposta: 1ºano; 3ºano; 6ºano, etc..

**6. Quando teve os primeiros pensamentos sobre a possibilidade de separar-se, com quem partilhou em primeiro lugar esses mesmos pensamentos?**

- Ninguém
- Parceiro(a)
- Filho(s)
- Amigos
- Familiares
- Colegas de trabalho
- Profissionais de saúde
- Outros (Quem?) \_\_\_\_\_

**7. Desde que surgiram os primeiros pensamentos sobre a possibilidade de separação até tomar a decisão que queria separar-se, quanto tempo passou entre esses dois momentos?**

- Nenhum (pensamentos sobre a possibilidade de separação e decisão de separação ocorridos em simultâneo)
- 1 a 3 meses
- 3 a 6 meses
- 6 a 9 meses
- 9 a 12 meses
- 12 a 18 meses
- 18 a 24 meses
- Mais do que 24 meses. Indique quanto tempo passou: \_\_\_\_\_

**8. Após decidir que se queria separar com quem partilhou em primeiro lugar essa decisão?**

- Parceiro(a)
- Filho(s)
- Amigos
- Familiares
- Colegas de trabalho
- Profissionais de saúde
- Outros (Quem?) \_\_\_\_\_

**9. Após decidir que se queria separar até comunicar essa decisão ao seu parceiro/ à sua parceira, quanto tempo passou?**

- Nenhum (decisão de separação e comunicação ao parceiro ocorridos em simultâneo)
- 1 a 3 meses
- 3 a 6 meses
- 6 a 9 meses
- 9 a 12 meses
- 12 a 18 meses
- 18 a 24 meses
- Mais do que 24 meses. Indique quanto tempo passou: \_\_\_\_\_

**10. Após ter comunicado ao seu parceiro/ à sua parceira a decisão de se separar até acontecer a separação física com a saída de um dos membros do casal, quanto tempo passou?**

- Nenhum (comunicação ao parceiro e separação física ocorridos em simultâneo)
- 1 a 3 meses
- 3 a 6 meses
- 6 a 9 meses
- 9 a 12 meses
- 12 a 18 meses
- 18 a 24 meses
- Mais do que 24 meses. Indique quanto tempo passou: \_\_\_\_\_

**11. Qual o grau de dificuldade em tomar a decisão de separar-se? (de 1 - Muito fácil a 5 - Muito difícil)**

- 1. Muito fácil
- 2
- 3
- 4
- 5. Muito difícil

**12. Indique em que medida cada um dos aspetos referidos abaixo dificultou a sua tomada de decisão de terminar a relação conjugal.**

Por exemplo, se achar que não existiam sentimentos positivos nutridos pelo(a) parceiro(a), selecione a opção não se aplica.

Mas se achar que existiam sentimentos positivos nutridos pelo(a) parceiro(a), mas que esses sentimentos não dificultaram a sua tomada de decisão de terminar a relação conjugal, indique "Não dificultou nada". Se a existência de sentimentos positivos nutridos pelo(a) parceiro(a) dificultou a sua tomada de decisão de terminar a relação conjugal, indique o grau em que dificultou, de 2 a 5.



**13. Indique em que medida cada um dos aspetos referidos abaixo facilitou a sua tomada de decisão de terminar a relação conjugal.**

Por exemplo, se achar que não existiam projetos pessoais, selecione a opção não se aplica.

Mas se achar que existia a possibilidade de desenvolver projetos pessoais, mas que a existência desses projetos não facilitou a sua tomada de decisão de terminar a relação conjugal, indique "Não facilitou nada". Se a existência de projetos pessoais facilitou a sua tomada de decisão de terminar a relação conjugal, indique o grau em que facilitou, de 2 a 5.

	1.Não facilitou nada	2.Facilitou um pouco	3.Facilitou moderadamente	4.Facilitou muito	5.Facilitou extremamente	Não se aplica
1. Projetos Pessoais	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Projetos Profissionais	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Relações amorosas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Sentimento de liberdade e autonomia pessoal	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**14. Antes da atual separação, já tinha existido outras separações com posteriores reconciliações?**

- Não, a atual separação foi a única.
- Sim. Indique quantas separações-reconciliações ocorreram ao longo de todo o período de coabitação: \_\_\_\_\_

**15. Qual o seu grau de satisfação relativamente à sua decisão de separação conjugal atual?**

- 1. Nada Satisfeito(a)
- 2. Pouco Satisfeito(a)
- 3. Moderadamente Satisfeito(a)
- 4. Muito Satisfeito(a)
- 5. Totalmente Satisfeito(a)

**16. Como se posiciona face aos motivos que levaram à separação conjugal?**

- 1. Devido totalmente ao ex-parceiro/à ex-parceira
- 2. Devido principalmente ao ex-parceiro/à ex-parceira
- 3. Devido a ambos
- 4. Devido principalmente a mim
- 5. Devido totalmente a mim

**17. Em que medida cada um dos seguintes aspetos da relação conjugal contribuíram para a sua decisão de terminar essa relação?**

	1. Não Contribuiu Nada	2. Contribuiu um pouco	3. Contribuiu Moderadamente	4. Contribuiu Muito	5. Contribuiu Totalmente
1. Problemas de comunicação	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Diferenças no estilo de vida e valores	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Falta de amor/Perda de intimidade	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Relações extra-conjugais	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Ciúme e desconfiança	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Autoridade (exigências e censuras)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Violência física	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. Violência psicológica	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Dificuldades sexuais	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

10. Comportamentos de consumo (exemplo: álcool, drogas, jogo, etc.)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11. Problemas financeiros	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12. Dificuldades em conciliar vida familiar e vida profissional	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13. Incumprimento de deveres familiares	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14. Problemas com familiares e/ou amigos	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15. Problemas de saúde	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16. Problemas com os filhos (Se não tem filhos passe para o item 17)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17. Outro aspeto que contribuiu para a sua tomada de decisão de terminar a relação. Qual?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

## **Anexo C**

### **Questionário de Estilos de Tomada de Decisão de Separação Conjugal**

## Questionário de Estilos de Tomada de Decisão de Separação Conjugal

Abaixo encontram-se afirmações que descrevem formas usadas pelos indivíduos para tomarem a decisão de terminar uma relação conjugal. Por favor, indique em que medida cada uma das seguintes afirmações descrevem ou caracterizam as formas que usou na sua tomada de decisão de separar-se do(a) seu(sua) ex-parceiro(a).

*Na tomada de decisão de me separar...*

	1.Nada descritivo ou característico da minha tomada de decisão	2.Pouco descritivo ou característico da minha tomada de decisão	3.Moderadamente descritivo ou característico da minha tomada de decisão	4. Muito descritivo ou característico da minha tomada de decisão	5. Totalmente descritivo ou característico da minha tomada de decisão
...confirmei várias vezes as minhas fontes de informação até ter a certeza que tinha todos os elementos necessários.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... confiei nos meus instintos.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... necessitei da ajuda de outras pessoas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... confiei na minha intuição.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... foi mais importante para mim sentir que estava a tomar a decisão adequada, do que existir uma explicação racional para essa decisão.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... usei os conselhos de outras pessoas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...explorei todas as minhas opções.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

... confiei nos meus sentimentos e nos meus comportamentos.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... precisei de alguém que me orientasse.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... fiz o que me parecia natural naquele momento.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

*A decisão de me separar...*  
*(continua na próxima página)*

	1.Nada descritivo ou característico da minha tomada de decisão	2.Pouco descritivo ou característico da minha tomada de decisão	3.Moderadamente descritivo ou característico da minha tomada de decisão	4. Muito descritivo ou característico da minha tomada de decisão	5. Totalmente descritivo ou característico da minha tomada de decisão
... foi evitada até estar sob pressão.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... foi tomada de forma apressada.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... foi tomada de forma lógica e sistemática.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... foi tomada consultando primeiro outras pessoas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... foi adiada enquanto pude.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... foi tomada no “calor” do momento.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... envolveu um pensamento cuidadoso.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... foi tomada porque me pareceu ser a mais adequada para mim.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... foi mais fácil para mim porque tive o apoio de outras pessoas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... foi adiada por diversas vezes.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... foi tomada rapidamente.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... foi tomada tendo em conta as várias opções existentes.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

... foi deixada até “à última hora”.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... foi feita de forma impulsiva.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... foi adiada porque pensar nisso deixava-me desconfortável.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

## **Anexo D**

Saturação dos itens resultante da análise de componentes principais do Questionário de Estilos de Tomada de Decisão de Separação Conjugal

	Componente				
	1	2	3	4	5
Na tomada de decisão de me separar... -... confiei na minha intuição.	<b>.85</b>	.08	.18	-.04	-.05
Na tomada de decisão de me separar... -... confiei nos meus instintos.	<b>.79</b>	.03	.11	-.05	.04
Na tomada de decisão de me separar... -... confiei nos meus sentimentos e nos meus comportamentos.	<b>.76</b>	-.10	.31	-.02	.04
Na tomada de decisão de me separar... -... foi mais importante para mim sentir que estava a tomar a decisão adequada, do que existir uma explicação racional para essa decisão.	<b>.66</b>	.00	.15	.24	.00
Na tomada de decisão de me separar... -... fiz o que me parecia natural naquele momento.	<b>.60</b>	.21	-.31	.18	.15
A decisão de me separar...-... foi tomada porque me pareceu ser a mais adequada para mim.	<b>.56</b>	-.04	.08	.03	.42
Na tomada de decisão de me separar... -... precisei de alguém que me orientasse.	-.10	<b>.85</b>	.09	.24	.08
Na tomada de decisão de me separar... -... usei os conselhos de outras pessoas.	.11	<b>.85</b>	.09	-.06	.08
Na tomada de decisão de me separar... -... necessitei da ajuda de outras pessoas.	.07	<b>.84</b>	.12	.06	-.03
A decisão de me separar...-... foi tomada consultando primeiro outras pessoas.	-.15	<b>.79</b>	.08	.03	.01
A decisão de me separar...-... foi mais fácil para mim porque tive o apoio de outras pessoas.	.26	<b>.65</b>	.00	-.23	-.09
A decisão de me separar...-... foi tomada de forma lógica e sistemática.	.15	-.04	<b>.78</b>	-.12	.00
Na tomada de decisão de me separar... -... explorei todas as minhas opções.	.14	.12	<b>.75</b>	-.19	-.06
A decisão de me separar...-... envolveu um pensamento cuidadoso.	.25	.02	<b>.70</b>	-.31	.07
A decisão de me separar...-... foi tomada tendo em conta as várias opções existentes.	.18	.10	<b>.67</b>	-.11	.00
Na tomada de decisão de me separar... -...confirmei várias vezes as minhas fontes de informação até ter a certeza que tinha todos os elementos necessários.	-.10	.28	<b>.57</b>	.14	.09
A decisão de me separar...-... foi feita de forma impulsiva.	-.03	-.07	-.21	<b>.85</b>	.08
A decisão de me separar...-... foi tomada rapidamente.	.13	.03	.03	<b>.82</b>	-.14
A decisão de me separar...-... foi tomada no “calor” do momento.	.01	-.04	-.40	<b>.67</b>	.23
A decisão de me separar...-... foi tomada de forma apressada.	.24	.20	-.29	<b>.65</b>	-.15

(Quadro continua)

*Quadro (continuação)*

	Componente				
	1	2	3	4	5
A decisão de me separar...-... foi adiada enquanto pude.	.25	-.03	.00	.01	<b>.80</b>
A decisão de me separar...-... foi deixada até “à última hora”.	-.03	.06	.09	.04	<b>.75</b>
A decisão de me separar...-... foi adiada por diversas vezes.	.33	.02	-.06	-.34	<b>.72</b>
A decisão de me separar...-... foi adiada porque pensar nisso deixava-me desconfortável.	-.04	-.08	-.06	-.04	<b>.68</b>
A decisão de me separar...-... foi evitada até estar sob pressão.	-.18	.28	.06	.34	<b>.57</b>

*Nota:* 1 – Intutivo; 2 – Dependente; 3 – Racional; 4 – Espontâneo; 5 - Evitante

## **Anexo E**

Consentimento informado

## **Consentimento Informado**

O meu nome é Caroline Casal Martins, e encontrou-me a realizar um estudo no âmbito do plano curricular do Mestrado Integrado em Psicologia, da Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa. Este estudo insere-se no meu trabalho de dissertação, sob a orientação científica da Professora Doutora Maria Helena Afonso, e tem como objetivo conhecer o processo de tomada de decisão de separação conjugal.

Solicita-se assim, a sua colaboração neste estudo, através da resposta *online* a um conjunto de questões cuja duração esperada de participação é de aproximadamente 25 minutos.

Não são antecipados riscos ou inconveniências para os participantes deste estudo.

O seu anonimato será mantido, não sendo registado o seu nome ou qualquer outro elemento identificativo, e os seus dados serão totalmente confidenciais.

A sua participação apenas será válida se responder a todas as questões apresentadas. Contudo, se assim o desejar, poderá desistir de participar a qualquer momento.

### **Para participar neste estudo, deverá confirmar que preenche as seguintes condições:**

- Ser maior de idade (ter, pelo menos, 18 anos);
- Ter nacionalidade portuguesa e ter como língua materna o Português;
- Ter sido casado(a) ou vivido em união de facto apenas uma vez e essa coabitação ter sido igual ou superior a 6 meses;
- Ter tido a iniciativa na decisão de separar-se do seu ex-parceiro/da sua ex-parceira;
- Estar separado(a), não vivendo na mesma casa que o ex-parceiro/ex-parceira, há menos de 3 anos;
- Não ter voltado a casar ou viver em união de facto após a separação conjugal (não existir coabitação com novos parceiros);
- Não ter, atualmente, acompanhamento psicológico, psicoterapêutico ou psiquiátrico.

Os objetivos deste estudo requerem que preencha todos os critérios acima referidos.

Para participar, deverá preencher todas estas condições.

Caso não preencha alguma delas não deverá prosseguir.

Caso pretenda receber um sumário dos resultados desta investigação poderá contactar-me através do e-mail: [carolinecasalmartins@gmail.com](mailto:carolinecasalmartins@gmail.com). O mesmo contacto servirá para o esclarecimento de qualquer dúvida relacionada com este estudo. Após a entrega da dissertação, esta ficará integralmente disponível no repositório da Universidade de Lisboa ([repositorio.ul.pt/](http://repositorio.ul.pt/)). Se pretender consultá-la, basta pesquisar pelo meu nome.

Caso conheça alguém que reúna as condições de participação neste estudo não hesite em dar-lhe a conhecer esta investigação, de forma a também poder participar.

**Muito obrigada pela sua colaboração e interesse neste estudo!**  
**Caroline Martins**

## **Anexo F**

Correlações entre o percurso temporal e outros componentes do processo de tomada de decisão de separação conjugal

*Correlações entre os Períodos da Decisão de Separação*

	Pensamentos- Decisão	Decisão- comunicação	Comunicação- Separação
Pensamentos- Decisão	1.00		
Decisão- comunicação	.11	1.00	
Comunicação- Separação	.11	.36**	1.00

Nota.\*-  $p \leq .05$ . \*\*-  $p \leq .01$

*Correlações entre Percurso Temporal e Atrações*

	Sentimentos positivos nutridos pelo(a) parceiro(a)	Partilha de objetivos, interesses e valores com o parceiro(a)	Confiança no parceiro(a)	História da relação passada em conjunto	Segurança emocional da relação conjugal	Satisfação sexual	Segurança económica da relação conjugal
Pensamentos- Decisão	-.08	.11	.17	-.04	-.02	-.30*	.18
Decisão - Comunicação	-.06	.06	.01	.18	-.15	-.22	.07
Comunicação -Saída	-.08	-.16	-.07	-.09	-.04	-.35**	-.15

Nota.\*-  $p \leq .05$ . \*\*-  $p \leq .01$

*Correlações entre Percurso Temporal e Barreiras*

	Existência de filhos	Opinião da família e/ou amigos sobre a separação	Custos a nível económico da separação	Crenças religiosas	Sentido de compromisso com a relação conjugal
Pensamentos- Decisão	.08	.23	.09	.03	-.03
Decisão- Comunicação	.05	.41**	.24	-.18	-.09
Comunicação- Saída	.20	.26*	.14	-.15	-.25

Nota.\*-  $p \leq .05$ . \*\*-  $p \leq .01$

*Correlações entre Percurso Temporal e Alternativas*

	Projetos Pessoais	Projetos Profissionais	Relações amorosas	Sentimento de liberdade e autonomia pessoal
Pensamentos- Decisão	-.09	-.18	.07	.20
Decisão- Comunicação	.03	-.05	.14	-.01
Comunicação- Saída	-.19	.00	.06	-.02

*Correlações Percurso Temporal e Grau de Satisfação*

	Grau de satisfação
Pensamentos- Decisão	.21
Decisão- Comunicação	-.26*
Comunicação- Separação	-.19

Nota.\*-  $p \leq .05$

*Correlações entre Percurso Temporal e Causas*

	Pensamentos- Decisão	Decisão- Comunicação	Comunicação- Separação
Problemas de comunicação	.15	.16	.18
Diferenças no estilo de vida e valores	-.03	.07	.04
Falta de amor/Perda de intimidade	.29*	.18	.25*
Relações extra-conjugais	-.15	0	-.04
Ciúme e desconfiança	-.25	-.1	.12
Autoridade (exigências e censuras)	.02	-.07	.05
Violência física	.21	-.01	.14
Violência psicológica	.18	.01	.13
Dificuldades sexuais	.16	.18	.18
Comportamentos de consumo (exemplo: álcool, drogas, jogo, etc.)	.15	0	-.19
Problemas financeiros	-.01	.06	.07
Dificuldades em conciliar vida familiar e vida profissional	-.18	.05	.03
Incumprimento de deveres familiares	.01	.06	-.04
Problemas com familiares e/ou amigos	-.27*	.25	.26*
Problemas de saúde	-.13	.08	.2
Problemas com os filhos	.19	.01	.04

Nota.\*-  $p \leq .05$ . \*\*-  $p \leq .01$

*Correlações entre Percurso Temporal e Estilos de Tomada de Decisão*

	Pensamentos- Decisão	Decisão- Comunicação	Comunicação- Separação
Racional	-.14	.12	-.14
Intuitivo	.10	-.13	.03
Dependente	-.11	.17	-.06
Espontâneo	.04	-.43**	-.26*
Evitante	.34**	.13	.18

Nota.\*-  $p \leq .05$ . \*\*-  $p \leq .01$

## **Anexo G**

Correlações entre as causas e outros componentes do processo de tomada de decisão de separação conjugal

*Correlações entre Causas e Responsabilização*

	Diferen ças no estilo de vida e valores	Falta de amor/Pe rda de intimida de	Relaçõ es extra- conjug ais	Ciúme e desconfia nça	Autorid ade (exigên cias e censura s)	Violên cia física	Violênc ia psicológ ica	Dificulda des sexuais	Comportam entos de consumo (exemplo: álcool, drogas, jogo, etc.)	Proble mas financei ros	Dificulda des em conciliar vida familiar e vida profissio nal	Incumprim ento de deveres familiares	Proble mas com familia res e/ou amigos	Proble mas de saúde	Proble mas com os filhos
Responsabili zação	-0.02	-0.05	-0.09	-.26*	.10	-.15	-.16	-.03	-.07	-.19	-.11	-.10	.02	-.09	.03

Nota.\*-  $p \leq .05$ . \*\*-  $p \leq .01$

*Correlações entre Causas e Grau de Dificuldade*

	Diferen ças no estilo de vida e valores	Falta de amor/P erda de intimid ade	Relaç ões extra- conjug ais	Ciúme e desconfi ança	Autorid ade (exigên cias e censura s)	Violên cia física	Violênc ia psicoló gica	Dificuld ades sexuais	Comportam entos de consumo (exemplo: álcool, drogas, jogo, etc.)	Proble mas financei ros	Dificuld ades em conciliar vida familiar e vida profissio nal	Incumpri mento de deveres familiares	Proble mas com familia res e/ou amigos	Proble mas de saúde	Proble mas com os filhos	
Grau dificuld ade	.30*	.03	.05	.01	.17	-.01	-.13	-.09	-.01	-.45**	-.01	.26*	.04	-.09	-.22	.09

Nota.\*-  $p \leq .05$ . \*\*-  $p \leq .01$

*Correlações entre Causas e Grau de Satisfação*

	Problemas de comunicação	Diferenças no estilo de vida e valores	Falta de amor/Perda de intimidade	Relações extra-conjugais	Ciúme e desconfiança	Autoridade (exigências e censuras)	Violência física	Violência psicológica	Dificuldades sexuais	Comportamentos de consumo (exemplo: álcool, drogas, jogo, etc.)	Problemas financeiros	Dificuldades em conciliar vida familiar e vida profissional	Incumprimento de deveres familiares	Problemas familiares e/ou amigos	Problemas de saúde	Problemas com os filhos
Grau Satisfação	.00	.15	.08	-.11	-.31*	.24	.18	.36**	.09	.18	-.03	-.24	.01	-.15	-.01	-.11

Nota.\*-  $p \leq .05$ . \*\*-  $p \leq .01$

*Correlações entre Causas e Estilos de Tomada de Decisão*

	Problemas de comunicação	Diferenças no estilo de vida e valores	Falta de amor/Perda de intimidade	Relações extra-conjugais	Ciúme e desconfiança	Autoridade (exigências e censuras)	Violência física	Violência psicológica	Dificuldades sexuais	Comportamentos de consumo (exemplo : álcool, drogas, jogo, etc.)	Problemas financeiros	Dificuldades em conciliar vida familiar e vida profissional	Incumprimento de deveres familiares	Problemas com familiares e/ou amigos	Problemas de saúde	Problemas com os filhos
Rac	-.01	.01	-.08	-.02	.02	.10	-.04	-.02	.00	.10	-.09	.13	-.04	.29*	.19	.02
Int	.07	.08	.10	.21	-.05	.23	.15	.13	.13	.15	-.17	-.18	-.07	-.22	.10	.05
Esp	-.02	.01	.00	.36**	.20	.22	-.19	-.11	-.06	-.04	.07	.11	.07	-.37**	-.18	.29*
Dep	.02	.05	-.04	.04	.06	.10	-.05	.08	.02	.12	-.07	.15	-.02	.22	.04	.06
Evit	.39**	.08	.38**	-.09	.00	.19	.18	.09	.44**	.05	-.14	-.23	-.12	-.08	-.02	.26

Nota.\*-  $p \leq .05$ . \*\*-  $p \leq .01$

## **Anexo H**

Correlações entre estilos de tomada de decisão e outros componentes do processo de tomada de decisão de separação conjugal

### Correlações entre Estilos e Atrações

	Sentimentos positivos nutridos pelo(a) parceiro(a)	Partilha de objetivos, interesses e valores com o parceiro(a)	Confiança no parceiro(a)	História da relação passada em conjunto	Segurança emocional da relação conjugal	Satisfação sexual	Segurança económica da relação conjugal
Racional	.04	.03	.04	-.07	-.29*	.12	-.03
Intuitivo	-.38**	-.22	-.24	-.07	.02	-.03	.08
Espontâneo	.08	.15	.24	.29*	.44**	.19	.23
Dependente	-.05	-.04	-.12	-.06	.02	.02	.21
Evitante	-.08	.02	-.01	-.11	-.04	-.41**	.26*

Nota.\*-  $p \leq .05$ . \*\*-  $p \leq .01$

### Correlações entre Estilos e Barreiras

	Existência de filhos	Opinião da família e/ou amigos sobre a separação	Custos a nível económico da separação	Crenças religiosas	Sentido de compromisso com a relação conjugal
Racional	-.14	.12	-.05	.08	.12
Intuitivo	-.01	-.05	.07	.07	-.07
Espontâneo	.13	-.12	.15	.18	.26*
Dependente	-.07	.23	.10	.20	.12
Evitante	.04	.20	.29*	.04	-.04

Nota.\*-  $p \leq .05$ . \*\*-  $p \leq .01$

### Correlações entre Estilos e Alternativas

	Projetos Pessoais	Projetos Profissionais	Relações amorosas	Sentimento de liberdade e autonomia pessoal
Racional	.38**	.17	.13	.09
Intuitivo	.26	.13	.28	.27*
Espontâneo	-.10	-.04	.11	-.06
Dependente	.16	.18	.03	-.19
Evitante	-.21	-.11	-.23	.04

Nota.\*-  $p \leq .05$ . \*\*-  $p \leq .01$

### Correlações entre Estilos e Grau de Satisfação

	Grau de satisfação
Racional	.28*
Intuitivo	.24
Espontâneo	-.10
Dependente	-.06
Evitante	.08

Nota.\*-  $p \leq .05$ . \*\*-  $p \leq .01$