



UC/FPCE\_2018

Universidade de Coimbra  
Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação

**Relações Interpessoais de Parceria Amorosa: Estudo das relações entre Intimidade, Inteligência Emocional, Confiança Interpessoal e Saúde Mental em Casais Heterossexuais**

Ana Marta Oliveira Ferreira  
(a.marta.o.ferreira@gmail.com)

Dissertação de Mestrado em Psicologia da Educação, Desenvolvimento e Aconselhamento, sob a orientação da Professora Doutora Maria da Luz Bernardes Rodrigues Vale Dias

## **Relações Interpessoais de Parceria Amorosa: Estudo das relações entre Intimidade, Inteligência Emocional, Confiança Interpessoal e Saúde Mental em Casais Heterossexuais**

As relações interpessoais de proximidade representam um grande foco de atenção para os sujeitos e, portanto, têm vindo a ser teorizadas e estudadas por vários autores e investigadores. Estas relações podem constituir uma fonte de felicidade ou de mal-estar. Assumindo esta importância, objetivou-se a exploração de fatores que poderão influenciar a intimidade percebida, sendo que vários autores afirmam que este é o aspeto mais importante nas relações de proximidade. Neste estudo, a amostra foi composta por 73 casais heterossexuais, 146 sujeitos – que mantivessem uma relação há, pelo menos, 6 meses – e os fatores em investigação incluem medidas dos constructos de Inteligência Emocional Percebida (Trait Meta-Mood Scale 24-TMMS24), de Intimidade Percebida (Personal Assessment of Intimacy in Relationships-PAIR), de Confiança Interpessoal (Rotenberg's Specific Trust Scale-Adults – tendo como alvo respostas em relação ao Par Amoroso) e de Saúde Mental (através do levantamento de sintomatologia negativa – Escala de Depressão, Ansiedade e Stress-EADS21); incluiu-se, ainda, uma medida de Desejabilidade Social (Escala de Desejabilidade Social de Coimbra-EDSC), bem como um Questionário Sociobiográfico. Em termos de análise dos dados, pretendeu-se, primeiramente, explorar as relações de associação entre os constructos supracitados, bem como verificar o poder preditivo, particularmente, da Idade, Confiança Interpessoal e da Inteligência Emocional, na relação com alguns dos constructos em análise, tendo sido encontrados alguns valores de correlação e regressão significativos, destacando-se os coeficientes da Confiança Interpessoal e da Intimidade Percebida como os mais significativos. Procedeu-se, também, à comparação de médias de acordo com o sexo, com o tempo de duração do relacionamento, estatuto marital e tendo em conta um mesmo casal (comparação intracasal). Sobressaíram diferenças relativamente ao tempo de duração do relacionamento na Intimidade Percebida e na Confiança Interpessoal, pelo que é sugerido que estes constructos são menos pontuados em casais com duração mais longa; similarmente, a Idade enquanto fator preditor revela que quão mais longa, menor serão as perceções de Intimidade e de Confiança Interpessoal. Nas observações de diferenças entre sexos e semelhanças entre casais, verificaram-se diferenças significativas no que concerne à *Atenção às Emoções* e à *Validação Pessoal*; juntando-se, nas observações intracasal, a *Intimidade* (escala total).

Palavras-chave: Relações interpessoais de proximidade, Par Amoroso, Inteligência Emocional, Intimidade, Confiança Interpessoal, Saúde Mental

## **Interpersonal Love Relationships: Study of the relationships between Intimacy, Emotional Intelligence, Interpersonal Trust, and Mental Health in Heterosexual Couples**

Interpersonal relationships of proximity represent a great focus of attention for people and, for that reason, they have been the target of many theories and studies. These relationships might constitute a source of happiness or uneasiness. Assuming this importance, the objective of present study is the exploration of factors that have been theorized and investigated as contributors for the perception of Intimacy, for this is regarded as one of the most important aspects in relationships of proximity. In this investigation, the sample was composed by 73 heterosexual couples, 146 people – that had maintained a relationship for, at least, 6 months – and the factors of this study include measures of the constructs that concern Perceived Emotional Intelligence (Trait Meta-Mood Scale 24-TMMS24), Perceived Intimacy (Personal Assessment of Intimacy in Relationships-PAIR), Interpersonal Trust (Rotenberg's Specific Trust Scale-Adults – with regards to the relationship partner) and Mental Health (Depression, Anxiety and Stress Scale). A measure of Social Desirability was also included in the present investigation (Escala de Desejabilidade Social de Coimbra-EDSC), as well as a Sociobiographic Questionnaire. Regarding the statistical analysis, it was intended to, primarily, explore the relations of association between the constructs mentioned earlier, as well as verify the predictive power of, particularly, Age, Interpersonal Trust and Emotional Intelligence and its relation to some of the constructs in question. It was possible to observe some significant correlations and regressions, highlighting, principally, the relation between Perceived Intimacy with Interpersonal Trust. Comparisons regarding gender differences, relationship duration, and marital status also ensued, where significant differences were found in regards to the duration of a relationship and the scores of Perceived Intimacy and Interpersonal Trust, it was suggested that these constructs are lower the longer the duration of the relationships; similarly, Age, as a predictive factor, reveals that when higher, the lower the scores will be for the Perceived Intimacy and Interpersonal Trust. The statistical proceedings also included an analysis between genders and within couples, where it was found the existence of significant gender differences regarding *Attention to Emotions* (factor concerning Perceived Emotional Intelligence) and *Personal Validation* (concerning Perceived Intimacy); the same was observed within couples, adding the significant difference on the subject of *Intimacy* (total score).

**Key Words:** Interpersonal Relationships of proximity, love partner, Emotional Intelligence, Intimacy, Interpersonal Trust, Mental Health

## **Agradecimentos**

À minha mãe, pela educação, pelos sacrifícios, pelas persistências, pelos exemplos e pelo matriarcado que forjou;

À minha orientadora, Professora Doutora Maria da Luz Vale Dias, pelas partilhas profissionais e informais, pelo apoio prestado, incansabilidade e, sobretudo, pela paciência;

Ao meu, inolvidável, pai, que assim permanecerá;

Ao meu irmão, pela proteção, pelas repartições, por existir;

À minha avó, pelo seu imensurável coração, pelos remendos e remédios, pelos doces, pelos sorrisos e pelas “batotas”;

À minha tia Manuela, pelos passeios, pelos abrigos e por representar um (outro) porto-seguro na minha vida;

À minha tia Otília, tio João, Patrícia, Inês e Mariana, pelo apoio incondicional, por me irem lembrando do valor da família durante a minha estadia em Coimbra;

À família Oliveira, pelos convívios, pelos debates, e sobretudo, pelos exemplos de irmandade e união;

Ao David, pela constância, pureza, suporte, amor e amizade;

À Zefa pelos longos anos de sororidade, pela aceitação e pelos ensinamentos; à Pinca, pela bondade e sinceridade; à Xana, pela preocupação e pela boa-disposição; a todas, pela verdadeira amizade;

À Andreia, pela sinceridade, pelos auxílios, pelos olhares; ao Fernando, pelas filosofias, pela verdade, pelas confidências; à Teresa, pela genuinidade, pelas conversas de meia-noite, pelas lembranças;

Aos 18, por me aconchegarem as madrugadas Coimbrãs;

Às minhas colegas de estágio curricular - Liliana, Sandra e Teresa – pelo companheirismo, partilha de conhecimentos e valores de equipa;

Às digníssimas Mondeguinas, para sempre;

A Coimbra.

## Índice

Introdução .....	1
I – Enquadramento conceptual .....	2
1. Conceptualizações acerca da natureza e necessidade de estabelecer relações interpessoais de proximidade .....	2
2. A Intimidade .....	4
2.1 A operacionalização da Intimidade enquanto constructo .....	5
3. A Inteligência Emocional .....	7
3.1 A operacionalização da Inteligência Emocional enquanto constructo .....	9
3.2 A Inteligência Emocional e as relações de proximidade.....	10
4. A Confiança Interpessoal .....	10
4.1 A operacionalização da Confiança Interpessoal enquanto constructo .....	11
4.2 A Confiança Interpessoal e as relações de proximidade .....	12
5. A Saúde Mental.....	12
5.1 A operacionalização da Saúde mental enquanto constructo .....	13
5.2 A Saúde Mental e as relações de proximidade .....	14
II – Objetivos .....	15
III – Metodologia.....	16
1. Caracterização da Amostra.....	16
2. Instrumentos.....	18
3. Procedimentos .....	20
3.1 Procedimentos de recolha de dados.....	20
3.2 Procedimentos estatísticos .....	21
IV Resultados .....	22
1. Análise Descritiva.....	22
2. Análise da Consistência Interna.....	24
3. Análise das hipóteses em estudo .....	26
3.1. Estudo das relações de associação entre <i>Inteligência emocional, Intimidade Percebida, Confiança Interpessoal e Saúde Mental</i> .....	26
3.2. Estudo do efeito preditivo das variáveis: <i>Idade, Inteligência Emocional Percebida, Confiança Interpessoal e Intimidade Percebida</i> .....	30
3.3 Análise e comparação de médias .....	35
V – Discussão .....	42
VI – Conclusões .....	50
Bibliografia.....	53
Anexos.....	59

## Introdução

*Intimate attachments to other human beings are the hub around which a person's life revolves, not only when he is an infant or a toddler or a schoolchild, but throughout his adolescence and his years of maturity as well, and on into old age. From these intimate attachments a person draws his strength and enjoyment of life"*  
Bowlby, 1980

Admitindo a complexidade das envolvências inerentes ao estabelecimento, manutenção e satisfação face a uma relação interpessoal de proximidade, e compreendendo, ademais, a sua importância, a presente investigação tenciona contribuir com a exploração de fatores passíveis de influenciar ou denunciar a perceção de intimidade num relacionamento amoroso, pelo que se entende que este é um dos fatores mais importantes das relações amorosas (Clark e Reis, 1988; Mitchell et al., 2008; Prager, 1995; Moreira, Amaral e Canavarro, 2009), tendo sido, nalguns estudos, anunciado como um aspeto que apresenta relação com a satisfação e perceção de positividade nas parcerias amorosas (ex.: Greeff, e Malherbe, 2001; Moreira, Amaral e Canavarro, 2009).

Na medida em que a partilha e autorrevelação de emoções e sentimentos representa um dos componentes da intimidade (Clark e Reis, 1988) incluiu-se uma medida de Inteligência Emocional na presente investigação, pelo que a mesma é definida como tendo ligação a comportamentos pró-sociais, representando uma capacidade de monitorizar os próprios e os sentimentos dos outros (Goleman, 1995; Salovey e Mayer, 1990). Acrescenta-se que competências emocionais poderão facilitar a que indivíduos com as mesmas estabeleçam relações agradáveis e prazerosas (Dunn e Schweitzer, 2005).

Integrante da intimidade é, também, a sensação de que é seguro partilhar emoções, sentimentos e segredos pessoais e a garantia de que os mesmos ficam em confidência, que por outras palavras é a Confiança (Hook, Lawrence, Gerstein, Detteriche Gridley, 2003). Por este motivo, incluiu-se uma medida de confiança interpessoal, pelo que subjacente à mesma, está a implicância de uma reciprocidade que se baseia na esperança de que o outro corresponderá às expectativas, que derivam expectativas da continuidade, repetição e estabelecimento de padrões de comportamento (Dunn e Schweitzer, 2005; Minas, 2014).

Inclui-se ainda uma medida de Saúde Mental, através do levantamento de sintomatologia negativa, na medida em que se assume que o estabelecimento de intimidade trará benefícios para o bem-estar psicológico (Erikson, 1969; Maslow, 1945; Almeida e Caldas, 2012).

A presente investigação pretende verificar as relações de associação, e poderes preditivos, não só com relação à intimidade, mas entre todos os constructos supracitados. Acrescenta-se a intenção de verificar diferenças e semelhanças entre médias referentes ao Sexo, Tempo de Duração do

Relacionamento e Estatuto Marital. Assim, este estudo foi estendido a participantes que mantivessem uma relação há pelo menos 6 meses, pelo que uma parceria amorosa é considerada estável quando atinge tal período de duração (Canavarro, 1999), onde participaram ambos membros de um mesmo casal.

Estruturalmente, este estudo encontra-se dividido em 6 partes. A primeira parte diz respeito ao enquadramento conceptual, onde se aprofundam temas referentes à natureza das relações interpessoais de proximidade, à Intimidade, à Inteligência Emocional, à Confiança Interpessoal e à Saúde Mental – bem como as suas relações com parcerias amorosas e as operacionalizações das mesmas enquanto constructos de análise. A segunda parte representa os objetivos, onde se descrevem as hipóteses que entendemos escrutinar; a terceira parte refere-se à metodologia, onde se descrevem e caracterizam: a amostra, os instrumentos utilizados e os procedimentos de recolha de dados e de análise estatística. A quarta parte é concernente à apresentação de resultados da análise das hipóteses levantadas. A quinta parte é relativa à discussão dos resultados e, por fim, a sexta parte diz respeito às conclusões que podemos retirar deste estudo.

## **I – Enquadramento conceptual**

### **1. Conceptualizações acerca da natureza e necessidade de estabelecer relações interpessoais de proximidade**

O estabelecimento e manutenção de relacionamentos próximos e de intimidade constituem uma “motivação humana fundamental”, que está inerente a todas as culturas (Bartholomew e Horowitz, 1991; Baumeister e Leary, 1995; Bowlby, 1982; Brehm, Miller, Perlman, e Campbell, 2002; Laurenceau, Barrett, e Pietromonaco, 2004; Laurenceau, Rivera, Schaffer, e Pietromonaco, 2004, citado em Moreira, Amaral e Canavarro, 2009).

Do ponto de vista evolucionista, considera-se que existe uma qualidade inata que impele à *necessidade de pertença*<sup>1</sup>, traduzida como a propensão para os seres humanos pertencerem e relacionarem-se com membros da mesma espécie de uma maneira íntima (Baumeister e Leary, 1995), sendo que será consensual que os seres humanos mais solitários teriam menores probabilidades de reproduzir, não contribuindo, concludentemente, para a continuidade da espécie. Assim, a predisposição para a formação de laços afetuosos teria sido evolucionariamente adaptativa (Brehm, Miller, Perlman, e Campbell, 2002). Esta necessidade traria benefícios reprodutivos e de sobrevivência, que deram lugar à criação de mecanismos que guiariam o humano no sentido de socializar, interagir e, conseqüentemente, desenvolver mal-estar ou afetos negativos quando o mesmo não acontecesse (Baumeister e Leary, 1995).

Ainda de acordo com a teoria evolucionista – mas diferindo da teoria

---

<sup>1</sup> Traduzido para português do inglês “*the need to belong*”

da necessidade de pertença de Baumeister e Leary (1995)<sup>2</sup> –, Bowlby (1973;1980) propõe a teoria da vinculação (inspirando-se nos trabalhos de Darwin (1859)) que postula que os seres humanos como têm tendência a formar fortes laços emocionais com os seus cuidadores, traduzindo-se num sistema comportamental que permite à criança procurar proximidade física com a figura de vinculação (figura cuidadora), contribuindo para a promoção da segurança (citado em Canavarro, Dias e Lima, 2006). Esta linha de compreensão do comportamento humano pode ser aplicada, também, ao adulto, na medida em que alguns autores, com referência à *Teoria da Vinculação*, “estudam processos de continuidade e mudança ao longo da vida” (Fraley, 1999; Scharfe e Bartholomew, 1994; Mena-Matos, 2002, citado em Canavarro, Dias e Lima, 2006), avaliando o amor romântico como um processo de vinculação<sup>3</sup>, sendo que a maioria da população vê o casamento ou parceria amorosa como a relação adulta mais íntima que experienciam, que lhes serve como a primeira fonte de afeto e apoio (Levinger e Houston, 1990).

Maslow (1943) refere-se à *necessidade psicológica de amor e pertença*<sup>4</sup> como uma motivação humana que propulsiona o ser humano para procurar companhia. No caso das necessidades fisiológicas e de segurança estarem saciadas, os sujeitos focam-se, de seguida, na obtenção de relações afetuosas. O mesmo autor adianta que na nossa sociedade, a coarctação destas ligações estão, mais comumente, identificadas como o problema central nos casos de mal-ajustamento e de psicopatologias. Assim, presume-se que os seres humanos estão predispostos para desenvolver relações sociais – trabalho, amizades e relações amorosas – que envolvem vários níveis de intimidade que, nos termos de Maslow, podem servir para preencher as necessidades de amor e pertença e que, particularmente, diz respeito a uma relação de compromisso com um parceiro (Moore, McCabe e Stockdale, 1998).

Da necessidade de amor e pertença, acresce a cognição social que advém da manutenção de relações sociais. Grosso modo, os sujeitos tendem

---

<sup>2</sup> A *Teoria da Vinculação* dita que as vinculações em adultos tendem a organizar-se derivadamente do laço criado em criança para com esta e o respetivo cuidador, no entanto, a *necessidade de pertença* não considera que a mesma seja o resultado de uma relação ou indivíduo particulares. Assim, a *Necessidade de Pertença* propõe, como princípio, que a mesma pode ser direcionada para qualquer outro ser humano e que a perda da relação com uma pessoa pode ser substituída por qualquer outra.

<sup>3</sup> Weiss (1982;1991 citado em Amaral, Moreira, Canavarro, 2009), por exemplo, apontou a similaridades nas características emocionais e comportamentais à generalização da experiência, uma vez que elementos emocionais associados à vinculação durante a infância podem ser expressos nas relações de vinculação em idade adulta. Acrescenta, para corroborar esta ideia, que existe uma ligação temporal entre os fenómenos, uma vez que a centralidade dos pares como figuras de vinculação se encontra associada ao esbatimento dos progenitores/cuidadores primários enquanto figuras de vinculação primárias.

<sup>4</sup> Maslow (1943) desenvolveu a teoria da motivação humana que postulava o ser humano como tendo vários níveis de motivação, i.e. uma classe de determinação de comportamento, que ia desde as necessidades básicas até às necessidades de autorrealização.



a dar sentido aos próprios e a pensar acerca dos outros através da interação social – interações estas que se organizam de acordo com os próprios objetivos e que, por sua vez, dependem dos papéis imediatos relativos à cultura e contexto – assim, o pensamento interpessoal está embutido no contexto prático, o que implica que é melhor compreendido através de observações e de consequências desejadas para o comportamento social (Berscheid, 1994). Ademais, e de acordo com investigações em relações comunitárias, os sujeitos tendem a identificar o esposo(a) como estando no topo da hierarquia das suas redes sociais, e que esperam que os seus parceiros amorosos ofereçam maior suporte e responsividade em comparação com amigos ou colegas (Reis, Clark, e Holmes, 2004, citado em Laurenceau, Barrett, e Rovine, 2005). Baumeister e Leary (1995) afirmam que interações sociais frequentes e satisfatórias com parceiros íntimos<sup>5</sup>, em relações duradouras e positivas, constituem-se como imprescindíveis para o funcionamento normal do indivíduo.

Deste modo, é possível afirmar que o desenvolvimento e manutenção de relações interpessoais íntimas desempenham um papel crucial na vida dos sujeitos, ao ponto de exercerem influência positiva na saúde física e mental dos mesmos (Myers, 1999; Reis, 1990;2006, citado em Moreira, Amaral e Canavarro, 2009).

## 2. A Intimidade

A Intimidade é reconhecida por vários autores como um dos componentes principais de uma relação interpessoal (Clark e Reis, 1988; Mitchell et al., 2008; Prager, 1995, citado em Moreira, Amaral e Canavarro, 2009).

Este é um aspeto valorizado na sociedade, na medida em que é estimado com importância para desenvolvimento humano. Na conceptualização, de Erikson (1959), dos estádios de desenvolvimento psicossocial, a crise/tarefa *intimidade vs. isolamento* é tida como primordial no desenvolvimento do jovem adulto<sup>6</sup>; o mesmo autor postulava que sem intimidade, os sujeitos seriam incapazes de assumir compromissos com uniões sólidas ou de desenvolver energia moral para os manter (citado em Hook, Lawrence, Gerstein, Detterich e Gridley, 2003). A experiência de intimidade parece preencher uma variedade de qualidades psicológicas: (1) é uma maneira de evitar a solidão – se pudermos recorrer a alguém para obter apoio, os efeitos da solidão ficam circunscritos –; (2) é prazeroso experienciar intimidade com alguém, na medida em que esta pode promover sentimentos positivos acerca do próprio ou acerca do outro, resultando numa sensação de compreensão (Prager, 1999); ademais, (3) através da intimidade com alguém, sabemos que existe a possibilidade de as próprias necessidades serem preenchidas no futuro. Assim, a existência de uma base segura que

<sup>5</sup> Parceiros íntimos não terão de ser, necessariamente, parceiros amorosos.

<sup>6</sup> Um indivíduo ao iniciar a fase de desenvolvimento correspondente ao *jovem adulto* deveria saciar as suas necessidades de intimidade, caso contrário permaneceria isolado.

providencia validação, ligação e encorajamento, vão conseqüentemente, ampliar as necessidades de sucesso, mestria, reconhecimento e autoestima (Prager, 1999;1995).

A importância deste conceito prende-se, ainda, com o facto de, tendo em conta algumas investigações, sentimentos de intimidade estarem relacionados com bem-estar físico e psicológico, podendo mesmo a falta de intimidade resultar no desenvolvimento de perturbações psicológicas (Levine, 1991; Prager, 1995, 1999, citado em Hook, Lawrence, Gerstein, Detterich e Gridley, 2003), sintomas relacionados com *stress*, depressão, ou prostração do funcionamento do sistema imunológico (Hook, Lawrence, Gerstein, Detterich e Gridley, 2003). Ademais, a manutenção de relações de proximidade marcadas por discórdia (a antítese da intimidade) pode ter conseqüências ainda mais nefastas do que não manter relacionamento nenhum. Seria pertinente concluir, então, que o estabelecimento de relações de proximidade marcadas por discórdia ou a não existência das mesmas significarão dificuldades físicas, emocionais e interpessoais (Hook, Lawrence, Gerstein, Detterich e Gridley, 2003).

A definição deste constructo encontra pouca unanimidade dentre a comunidade de investigadores e psicólogos, na medida em que os mesmos depositam ênfase em características distintas, refletindo as próprias perspectivas particulares acerca das relações íntimas nas suas observações; e, além do mais, diferindo em várias dimensões – como no nível de análise, ou nos componentes centrais, ou nos aspetos temporais (Moreira, Amaral e Canavarro, 2009).

A Intimidade poderá, então, corresponder ao grau de proximidade entre duas pessoas (Hendrick e Hendrick, 1986), ou à ligação afetiva positiva que é complementada pelo conhecimento pessoal partilhado e pelo apoio social (Laurenceau, Feldman, Barret e Pietromonaco, 1998). O constructo da intimidade também pode ser definido como uma “relação entre duas pessoas apaixonadas cujas vidas se encontram profundamente interligadas” (Walster, Walster e Berscheid, 1978, p. 146, citado em Prager, 1995); ou como “uma mistura de afeto... compatibilidade... coesão... sexualidade... resolução de conflitos... autonomia e identidade” (Waring, 1981, citado em Moreira, Amaral e Canavarro, 2009). Poderá ser o “grau de satisfação mútua das necessidades dentro da relação” (Cinebell e Cinebell, 1970) ou corresponder a divergências motivacionais no que toca ao desejo de desenvolver relações interpessoais próximas (McAdams, 1987, citado em Moreira, Amaral e Canavarro, 2009). No entanto, e apesar da divergência relativamente às operacionalizações e definições do constructo que é a Intimidade, parece haver consenso na consideração do mesmo como um sentimento de proximidade e ligação que se desenvolve através da comunicação entre parceiros (Laurenceau, Barrett e Rovine, 2005).

## **2.1 A operacionalização da Intimidade enquanto constructo de análise**

Com o intuito de integrar diferentes definições/teorias, Reis e Shaver

(1988) e, posteriormente, Reis e Patrick (1996) apresentam o modelo do *Processo Interpessoal da Intimidade*. Este intenta explicar o processo de comunicação diádico que contribui para a experiência de proximidade e ligação (Laurenceau, Barrett, e Rovine, 2005), pelo que os autores entendem a intimidade como sendo interativa – na medida em que um dos elementos de um casal/par revela informação pessoal ao segundo que deverá responder de forma empática, justificando, assim, que o primeiro se sinta validado (Moreira, Amaral e Canavarro, 2009). Deste modo, definem, ademais, a Intimidade como sendo dinâmica e transacional, na medida em que a mesma se desenvolve através de interações comunicacionais frequentes (Mitchell, Castellani, Herrington, Joseph, Doss, e Snyder, 2008). Este é, então, um processo ao longo do qual os parceiros desenvolvem maneiras positivas de estar na relação, de aprendizagem, de comunicação, de resolução de conflitos ou de gestão de acontecimentos perturbadores (Kouneski e Olson, 2004 citado em Mitchell, Castellani, Herrington, Joseph, Doss e Snyder, 2008). Acrescenta-se que a partilha de informações ou de experiências íntimas, quando inapropriadas, insensíveis ou inautênticas podem dar origem a conflitos ou sentimentos negativos, ao invés do desenvolvimento de intimidade.

Como componentes do constructo da Intimidade pertencem: a *resposta empática e compreensão* – que envolve a comunicação de uma percepção da acuidade de comportamentos – *validação* – que diz respeito à, após a compreensão, aceitação dos pensamentos e sentimentos do emissor – e *preocupação* – componente afetiva da resposta empática que inclui a expressão de preocupação afetiva pelo emissor (Mitchell, Castellani, Herrington, Joseph, Doss, e Snyder, 2008). Já em concordância com Hook, Gerstein, Detterich, e Gridley (2003), identificam-se quatro componentes inerentes à Intimidade: (1) *amor e afeição* – quando os sujeitos estão conscientes de que são amados, os riscos associados à autorrevelação diminuem, pelo que se tornam mais dispostos a partilhar as suas ideias e sentimentos –; (2) *validação pessoal* – o saber que alguém nos ama, compreende e aprova transmite liberdade para partilhar, porque se sente validado e aceita, informações pessoais íntimas –; (3) *confiança* – significa sentir que é seguro partilhar segredos pessoais e que os mesmos ficam em confidência –; (4) *autorrevelação* – a partilha de informações e sentimentos pessoais encoraja sensações de amor, preocupação, confiança e compreensão.

A perspetiva de Schaefer e Olson (1981) – criadores do Personal Assessment of Intimacy in Relationships (PAIR), utilizado na presente investigação para medir a Intimidade – conceptualizam este constructo como um “processo que se desenvolve ao longo do tempo, nunca estando completo ou totalmente concluído” (traduzido por Moreira, Amaral e Canavarro, 2009). É constituída pela proposta de 5 tipos diferentes de intimidade<sup>7</sup>,

<sup>7</sup> (1) *Intimidade emocional* – experiência de proximidade de sentimentos e envolvimento em interações caracterizada pela autorrevelação e validação; capacidade e liberdade de partilha livre, numa atmosfera não defensiva, caracterizada pelo sentimento de apoio e compreensão genuína; (2) *Intimidade*

podendo ser utilizada para avaliar a *intimidade percebida* – modo como o parceiro se sente em relação aos vários aspetos da intimidade – e *intimidade esperada* – que implica a revelação do desejo que o indivíduo tem, bem como as expectativas respeitantes àquilo que esperaria experienciar nos mesmos aspetos. Estes dois momentos teriam o objetivo de analisar discrepâncias que pudessem decorrer.

A aferição deste instrumento para a população portuguesa, não conta com a inclusão da intimidade esperada, apenas com a percebida. Moreira, Amaral e Canavarro (2009) encontraram algumas dificuldades na análise fatorial, na medida em que o PAIR, para a população portuguesa, conta com uma estrutura com três fatores (semelhante à encontrada por Moore et.al, (1998): (1) a *Validação Pessoal*, que intenta a avaliação de “aspetos de intimidade relacionados com o sentimento de validação de opiniões e sentimentos e de aceitação por parte do companheiro num conjunto de diferentes áreas” – com a partilha de atividades e de interesses; com a ligação emocional sentida em relação ao companheiro e com a sexualidade; (2) *Comunicação*, que procura avaliar “a capacidade e possibilidade de expressão de opiniões, sentimentos e desejos na relação” e a (3) *Abertura ao Exterior*, que avalia a abertura da díade conjugal aos outros, nomeadamente aos amigos, e à partilha de amigos comuns.

### 3. A Inteligência Emocional

Durante a Antiguidade Clássica, alguns filósofos, como por exemplo Platão, perspetivavam as emoções como algo desconcertante e descontínuo que se imiscuía na razão humana, interrompendo a forma lógica de estar e de ser, sendo que essa forma lógica era tida como preferível. Aristóteles impôs-se como exceção ao explorar pormenorizadamente algumas emoções, considerando-as “facetas muito importantes da existência” (Dias, Cruz e Fonseca, 2008). Atualmente, psicólogos e filósofos ainda debatem se as emoções serão “interrupções desorganizadas da atividade mental” ou se contribuem, de facto, para a lógica ou para o pensamento inteligente (Brackett, Lopes, Ivcevic, Mayer e Salovey, 2004).

De acordo com a literatura atual, as emoções são um processo que inclui múltiplas variáveis (Miguel, 2015). Então, de acordo com a mesma, a emoção poderá ser definida como complexa e resultante de experiências de carácter afetivo, que provoca “alterações em várias áreas do funcionamento psicológico e filosófico, preparando o indivíduo para a ação” (Atkinson, Atkinson, Smith, Bem, e Nolen—Hoeksema, 2002; Davis e Lang, 2003; Frijda, 2008; Gazzaniga e Heatherton, 2005; Levenson, 1999, citado em

---

*social* – experiência de partilha de amigos comuns e semelhança nas redes sociais; (3) *intimidade intelectual* – partilha e discussão positiva de ideias e assuntos quotidianos; (4) *intimidade sexual* – partilha de afeto geral, proximidade física, toque e/ou atividade sexual; (5) *intimidade recriacional* – envolvimento em atividades mútuas e partilha de interesses e de atividades de lazer (Schafer e Olson, 1988; Moreira, Amaral e Canavarro, 2009)

Miguel, 2015).

A Inteligência Emocional surge como uma das formas possíveis para reconceptualizar a relação entre a razão e a emoção, podendo ser estudada de duas maneiras: a primeira, intitulada de *cognição e afeto*, dedicou-se a examinar de que maneira é que as emoções poderiam interagir com o pensamento – ideia de *loop* cognitivo (*cognitive loop*) que ligaria, em constância, o humor ao julgamento (Isen et al., 1978); introdução do modelo de Bower (1981), intitulado *spreading activation model of memory*, que demonstrou que humores felizes geram pensamentos felizes e que humores tristes despoletam pensamentos tristes (citado em Brackett, Lopes, Ivcevic, Mayer e Salovey, 2004). A segunda influência vem a par com a necessidade de transformar o conceito de inteligência num mais abrangente (pelo que até então, o conceito “tradicional” de inteligência não incluía variáveis de carácter emocional, por exemplo). Assim, vários autores e investigadores quiseram dedicar-se à pesquisa e de múltiplas inteligências – Gardner (1983), por exemplo, fala da inteligência intrapessoal como a capacidade dos indivíduos para notarem os próprios humores e os de outrem, como maneira de compreender e guiar os comportamentos<sup>8</sup>.

A definição de Inteligência Emocional foi popularizada por Goleman (1995) através da publicação do seu livro – “*Inteligência Emocional*” – onde refere a ligação entre comportamentos pro-sociais e inteligência emocional, afirmando que esta é uma capacidade tão ou mais importante e poderosa que o QI<sup>9</sup> no que diz respeito a fator preditor de sucesso na vida<sup>10</sup>; descreve esta capacidade, ademais, como um conjunto de atributos de personalidade positiva<sup>11</sup> (citado em Brackett, Lopes, Ivcevic, Mayer e Salovey, 2004). No entanto, a primeira definição de inteligência emocional é formalizada por Salovey e Mayer (1990) como sendo “a capacidade para monitorizar os sentimentos dos próprios e dos outros, para os conseguir discernir e para usar essa informação de modo a guiar o próprio pensamento e ações”; mais tarde clarificam-na como uma capacidade para perceber e expressar emoções com precisão, para utilizar a emoção com o fim de obter crescimento emocional e pessoal (Mayer e Salovey, 1997). Outra definição, por Mayer, DiPaolo e Salovey (1990), apresentação a Inteligência Emocional como um constructo passível de ser testado enquanto capacidade mental, providenciando, assim, pistas para a conclusão de que a emoção e a cognição podem ser combinadas para conseguir um processamento de informação sofisticado (citado em Brackett, Lopes, Ivcevic, Mayer e Salovey, 2004).

Posteriormente, Salovey e Sluyter (1999, citado em Mendes, 2016) dividem a Inteligência Emocional (IE) como sendo constituída por três

---

<sup>8</sup> “The ability to monitor one’s own and others’ feelings and emotions, to discriminate among them and to use this information to guide one’s thinking and actions” (Salovey e Mayer, 1990).

<sup>9</sup> Quociente de Inteligência – valor obtido como resultado do teste de capacidades cognitivas (ex.: raciocínio matemático, espacial, lógico, etc.).

<sup>10</sup> As afirmações de Goleman (1995) foram, todavia, para além da evidência científica (Brackett, Lopes, Ivcevic, Mayer e Salovey, 2004).

<sup>11</sup> Consciência política; autoconfiança; conscienciosidade e motivação para o sucesso.

capacidades essenciais: a (1) *Inteligência Emocional* – referente à capacidade para raciocinar juntamente com as emoções, que nos revela a predisposição do potencial dos sujeitos para a realização –; a (2) *Realização Emocional* – que diz respeito ao modo como os indivíduos aprendem a emoção e informações relacionadas com a mesma, e ao modo como a colocam em ação de acordo com a mesma aprendizagem –; e a (3) *Competência Emocional* – que se revela quando o sujeito atinge o nível desejado de realização.

### 3.1 A operacionalização da Inteligência Emocional enquanto constructo de análise

Dentre os vários meios de medida do constructo que é a Inteligência Emocional, destaca-se – de acordo com o propósito da presente investigação – a Trait Meta-Mood Scale (TMMS) construída por Salovey et al. (1995). Os autores derivaram a teoria, que serviu de base para o desenvolvimento da TMMS, de Gardner (1983) que desenvolveu o conceito de Inteligência Pessoal (*Personal Intelligence*)<sup>12</sup>. Assim, Salovey et al. (1995) afirmam que os indivíduos diferem nas capacidades para identificar os próprios sentimentos e os dos outros, regular os mesmos e usar a informação providenciada pelos sentimentos para motivar o comportamento social adaptativo. É nesta base teórica que desenvolvem uma escala de autorrelato – TMMS – com o objetivo de medir as diferenças individuais no que toca à reflexão e gestão de emoções. A escala mede qualidades mais perdurantes resultantes da reflexão acerca da experiência de humor; conseguindo um índice que avaliasse o conhecimento que cada pessoa tem acerca dos seus próprios estados emocionais, através da obtenção de uma estimativa pessoal sobre os aspetos refletivos da própria experiência emocional. (Salovey et al., 1995). Sendo que os autores acreditam que a I.E. inclui os processos de reconhecimento, utilização, compreensão e gestão dos estados emocionais dos próprios ou de outros para resolver problemas emocionais e regular o comportamento, Salovey et al., 1995 desenvolveu subescalas de análise com uma estrutura de 3 fatores I - *Atenção às emoções*, que é o grau com que as pessoas acreditam prestar atenção aos seus sentimentos; II - *Clareza de sentimentos*, reporta-se à forma como as pessoas acreditam perceber as suas emoções; III - *Reparação do estado emocional*, refere-se à capacidade que o sujeito tem de acreditar na sua capacidade para interromper os estados emocionais negativos e prolongar os positivos (Queirós, Fernández-Berrocal, Extremera, Carral e Queirós, 2005).

A TMMS é uma escala de metac conhecimento dos estados emocionais que avalia as diferenças individuais nas destrezas para se ser consciente das próprias emoções, assim como a própria capacidade para as regular. Para os autores, níveis elevados destas capacidades poderiam influenciar os sujeitos

---

<sup>12</sup> Seria caracterizada como sendo aquilo que permite aos seres humanos terem acesso à própria vida emocional, i.e., a capacidade para discriminar sentimentos, rotulá-los e contextualizá-los para, a partir dessa informação, compreender e guiar os próprios comportamentos.

aquando da integração e assimilação dos pensamentos ruminantes que sucedem os eventos vitais negativos. A inteligência emocional seria uma variável intrínseca à pessoa, que a ajudaria a melhorar a adaptação cognitiva ao trauma (Extremera e Fernández-Berrocal, 2005).

### 3.2 Inteligência emocional e relações interpessoais de proximidade

As competências emocionais são imprescindíveis nas interações sociais, na medida em que as emoções fundamentam funções sociais e comunicativas, por conterem informação sobre os pensamentos e as formas de intenção interpessoal (Woyciekoski e Hutz, 2008). Essas competências poderão auxiliar o estabelecimento de relações mutuamente satisfatórias, pelo que representam capacidades para compreender e lidar com as próprias emoções, bem como perceber e auxiliar o parceiro(a) a regular as suas emoções (Malouff, Schutte e Thorsteinsson, 2014)

Fitness (1996; 2000; 2001, citado em Dunn e Schweitzer, 2005) sugere que uma Inteligência Emocional superior pode facilitar a resolução de conflitos bem-sucedida e que, ademais, a felicidade nas relações pode depender da capacidade que os parceiros têm de lidar construtivamente com alterações, i.e., compreendendo e lidando melhor com emoções negativas, como por exemplo a raiva ou o ódio. Conceptualmente, é de esperar que existam associações entre traços da inteligência emocional e aspetos específicos da forma de estar em relações interpessoais. Uma melhor percepção, compreensão, gestão e aproveitamento de emoções no *self* podem conduzir a que os indivíduos melhorem condutas e comportamentos e a que se sintam melhores em relação a vários aspetos da vida, incluindo em relações românticas. Para além disso, sujeitos que tenham uma boa percepção e compreensão dos outros, terão maior probabilidade de procurar e estabelecer relações com parceiros mais compatíveis; terão, ainda, maior probabilidade de manter relações satisfatórias, pelo que serão mais capazes de compreender e gerir as próprias emoções e, conseqüentemente, de ajudar a regular as emoções do parceiro (Malouff, Schutte e Thorsteinsson, 2014).

## 4. A Confiança Interpessoal

A confiança já foi estudada em várias disciplinas, incluindo Economia, Sociologia e Psicologia (Williamson, 1993; Gambeta, 1988 e Rotter, 197, respetivamente, citado em Dunn e Schweitzer, 2005). Dentre estas disciplinas, desenvolveram-se definições um tanto divergentes; no entanto, Dunn e Schweitzer (2005) adaptam o conceito de Rousseau, Sitkin, Burt, e Camerer (1998, citado em Dunn e Schweitzer, 2005) que parece integrar a multidisciplinaridade da confiança, definindo-a como “a complacência para aceitar vulnerabilidade baseada na expectativa positiva acerca do comportamento do outro”<sup>13</sup>. Seria possível afirmar que a confiança

<sup>13</sup> “Trust is the willingness to accept vulnerability based upon positive expectations about another’s behavior” (Dunn e Schweitzer, 2005).

interpessoal estimula a ação coletiva, bem como a cooperação, na medida em que deriva de “expectativas da continuidade de padrões de comportamento estabelecidos e repetidos” (Minas, 2014).

Vale a pena mencionar, de novo, a *Teoria do Desenvolvimento Psicossocial* de Erikson (1963) que dita a primeira tarefa psicossocial como sendo a crise da *Confiança vs. Desconfiança*, colocando, portanto, um grande ênfase neste estágio psicossocial, sendo que, inerente à teoria, está a ideia de que cada resolução bem-sucedida das crises-estádio serviria de base e facilitaria a experiência e a determinação de fases e crises seguintes. Acrescenta-se a noção de que níveis básicos de confiança proporcionam um funcionamento psicológico adequado e relações de proximidade ajustadas; sendo, ainda, necessários para a sobrevivência da/em sociedade (Rempel, Holmes, e Zanna, 1985).

É pertinente, ainda, referenciar a *Teoria da Vinculação* de Bowlby (1969), na medida em que a grande premissa da mesma é baseada no estabelecimento de confiança entre criança e respetivo cuidador. Ambas teorias apresentam concordância na ideia de que níveis de confiança elevados, estabelecidos nas primeiras relações da vida, “resultarão em relações adultas mais felizes e funcionais” (Minas, 2014). No entanto, sendo fator reconhecido pela sua importância nas relações humanas, são várias as teorias e investigações na Psicologia que se referem à confiança nos diversos aspetos do funcionamento social, afetando a saúde mental e física dos indivíduos (Rotenberg, 2001; Rotenberg, 2010 citado em Minas, 2014).

Assim, a confiança interpessoal assume-se com importância na aprendizagem para o funcionamento humano (Rotenberg, 2010). Para Rotter (1980), a confiança interpessoal impõe-se, deveras, como uma variável individual da personalidade. Justifica-se, portanto, nomear este aspeto como crucial em proporcionar um desenvolvimento psicológico e saudável; bem como para estabelecer e manter relações sociais ajustadas (Rotenberg, 2001).

#### **4.1 A Operacionalização da Confiança Interpessoal enquanto constructo de análise**

A operacionalização deste constructo pode encontrar entraves, na medida em que é de difícil perceção e pode assumir níveis diferentes de importância em alturas diferentes do desenvolvimento de relações. Ademais, a confiança interpessoal conceptualiza-se de modo multidimensional e complexo, dificultando a sua mensuração e operacionalização (Simpson, 2007, citado em Minas, 2014).

Apesar de existirem diferentes conceptualizações e modos e operacionalização do constructo que é a Confiança Interpessoal, a presente investigação baseia-se na conceptualização e modelo operacional de Rotenberg (1994;2001), que assume a base teórica da confiança como possuidora de um carácter recíproco e bidirecional. O mesmo autor sugere, então, o Modelo BDT 3x3x2 (*3Bases, x 3Domains x 2Target dimensions*) (Rotenberg, 2010).

O modelo consiste na postulação de três bases (B) de confiança: (1) a



*fidelidade* referente ao cumprimento da promessa ou palavra; a (2) *confiança emocional*, que diz respeito à assunção de que os outros não causarão danos emocionais – através de recetividade, confidencialidade, evitamento de crítica, ou de atos que possam provocar embaraço –; a (3) *honestidade*, que se refere à veracidade de comportamentos e palavras, bem como à boa intenção – ao invés de condutas manipulativas com intenções maliciosas. Importa referir que estas três bases estão relacionadas, mas não representam a mesma coisa (Rotenberg, 2010, citado em Minas, 2014). As bases diferenciam-se em três domínios (D) – (1) *cognitivo/afetivo*, que compreende as crenças e sentimentos relativamente às bases anteriormente referidas; (2) *confiança dependente do comportamento*, que se refere à tendência comportamental de esperar que outrem seja fiel e honesto e a (3) *iniciativa de comportamento*, referente à confiabilidade (*trustworthiness*) que compreende indivíduos que se empenham, através de comportamentos, nas três bases supramencionadas – e em dimensões-alvo (T) – que compreende a (1) *especificidade* que se estende desde a uma pessoa específica até a uma categoria geral e a (2) *familiaridade* do alvo de confiança que se estende desde o “não familiar” ao “muito familiar”.

#### **4.2 A Confiança Interpessoal e relações interpessoais de proximidade**

A confiança interpessoal tem sido alvo de estudos que pretenderam investigar a confiança em relação a parcerias amorosas (Lamm 1998, citado em Rotenberg, 2001; Driscoll, Davis, e Lipetz, 1972; Larzelere e Huston, 1980, citado em Remple, Holmes e Zanna, 1985).

Um dos estudos supracitados definiu a hipótese de que o amor romântico progride para uma forma mais madura de amor conjugal à medida que a confiança se desenvolve. Grosso modo, a confiança evolui através de interações mutuamente satisfatórias e através do crescimento de convicção na relação (Driscoll, Davis, e Lipetz, 1972 citado em Remple, Holmes e Zanna, 1985). Já Larzelere e Huston (1980), colocando ênfase na confiança diádica entre pares amorosos – definindo-a como a extensão sobre a qual um sujeito acredita que o outro é benevolente, honesto e genuinamente interessado no bem-estar de outrem –, descobriram que a confiança entre parceiros foi associada com amor e intimidade de autorrevelação (cf. ponto 2.1 do Capítulo II).

Concludentemente, é possível afirmar que a confiança interpessoal é, frequentemente, associada ao pilar ou ingrediente mais importante na manutenção de relações interpessoais de proximidade consideradas “ideais”, i.e., funcionais e felizes em conjunto com o amor e o compromisso (Hendrick e Hendrick, 1986; Simpson, 2007).

### **5. A Saúde Mental**

A Organização Mundial de Saúde define Saúde Mental como “um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não como a mera

ausência de doença ou enfermidade” (World Health Organization, 1946, p.100). Esta contrapõe aquilo que, até à data, via a saúde mental de modo simplista e parcial, como a ausência de doença, e passa a uma abordagem holística e positiva da mesma (Camps, 2001; Maia de Carvalho e Vale Dias, 2011; Manderscheid et al., 2010, citado em Maia de Carvalho e Vale Dias, 2012). A OMS acrescenta que a Saúde Mental é “um estado de bem-estar no qual o indivíduo utiliza as suas capacidades, é capaz de lidar como *stress* normal da vida, de trabalhar de forma produtiva e frutífera e contribuir para a sua comunidade” (World Health Organization, 2004, p. 12). Ribeiro (2005a, 2005b) acrescenta que o constructo atual de Estado de Saúde se encontra associado à “passagem e transição cultural de uma saúde individual para uma saúde social (familiar, comunitária), que implica a tomada de uma perspetiva ecológica” (citado em Almeida e Caldas, 2012). Salienta, ademais, que o contexto ambiental pode afetar a saúde dos sujeitos de várias maneiras e que este depende, por sua vez, de características individuais e percepções de controlo sobre o ambiente e estilos de vida (Almeida e Caldas, 2012). Entende-se, a partir das definições que existe a preocupação em explorar as causas e consequências da saúde mental e não só com a etiologia e descrição das mesmas (Keyes, 2005, 2007; Keyes, Dhingra e Simões, 2010; Ramos, 2005; Santos, Ferreira, Silva e Almeida, 2010; Seligman e Csikzentmihalyi, 2000, citado em Maia de Carvalho e Vale Dias, 2012).

Importa, juntamente, explicar que a saúde mental e a doença mental, apesar de apresentarem correlação, de acordo com Keys (2005), não representam a mesma dimensão (citado em Maia de Carvalho e Vale Dias, 2012). No entanto, deve ficar assente que a promoção da saúde mental previne a doença mental (Keys 2002, citado em Maia de Carvalho e Vale Dias, 2012).

Estudos desenvolvidos em Portugal. Segundo 1º Relatório de Estudo Epidemiológico Nacional de Saúde Mental, realizado em Portugal, em Outubro de 2013, a percentagem de utilização de psicofármacos no nosso país é elevada, principalmente entre as mulheres e as perturbações de ansiedade são o grupo que apresenta uma prevalência maior em Portugal (16.5%) (Caldas de Almeida et al., 2013 citado em Mendes, 2016). Fatores estes que justificam, ademais, a pertinência da continuidade do estudo da Saúde Mental.

### **5.1 A operacionalização da Saúde Mental enquanto constructo de análise**

A relação entre dimensões afetivas negativas, ansiedade e depressão, tem constituído foco de importância do ponto de vista teórico e da saúde mental. Estes constructos, ansiedade e depressão, “são considerados independentes mas é reconhecida a sobreposição entre a ansiedade e depressão tanto do ponto de vista da saúde mental como do ponto de vista estatístico” (Pais-Ribeiro, Honrado e Leal, 2004; Lovibond e Lovibond, 1995). Watson et al. (1995 a, b), salientando a dificuldade em diferenciar empiricamente estes constructos, propõe um modelo tripartido em que os

sintomas de depressão e ansiedade se agrupariam em três estruturas básicas – (1) *distress* ou afeto negativo, (2) ansiedade e (3) depressão (citado em Pais-Ribeiro, Honrado e Leal, 2004).

Partindo do modelo tripartido supracitado, Lovibond e Lovibond (1995), fazem uma caracterização breve de três dimensões fulcrais da Saúde Mental, caracterizada por uma perspectiva que privilegia a ausência de sintomatologia: a *Depressão* (abrangendo sentimentos de perda de autoestima e de motivação, associada à percepção de baixa probabilidade de sucesso no alcance objetivos de vida que sejam significativos para o indivíduo enquanto pessoa; a *Ansiedade* realça as ligações entre os estados persistentes de ansiedade e respostas intensas de medo; o *Stress* sugere estados de excitação e tensão insistentes, com baixo grau de resistência à frustração e desilusão.

## 5.2 A Saúde Mental e as relações interpessoais de proximidade

As relações afetivas tendem a ser consideradas, por uma grande parte da população, como a dimensão mais importante das suas vidas. “Sendo o ser humano indubitavelmente gregário, as necessidades afetivas e de amor vêm-lhe imprimidas no código biológico” (Almeida e Caldas, 2012). Quando o Homem nasce, estão-lhe, à partida, inerentes qualidades e estruturas que viabilizam e alimentam as suas necessidades. Se as mesmas forem adequadamente supridas, desenvolve-se a criação de uma base que possibilita o crescimento integral de “potencialidades do sujeito psicológico, uma construção identitária segura, associada a disposições que permitem o experimentar de sensações de bem-estar e saúde, que são base e consequência da vontade de investir em novas relações, de procurar novos vínculos” (Almeida e Caldas, 2012). A gênese dos seres humanos inicia-se de uma complexa e sinuosa ligação entre duas pessoas (Almeida e Caldas, 2012; Bowlby, 1968) onde os efeitos do não vivido (ou mal vivido) podem ser deveras prejudiciais à saúde, bem-estar e qualidade de vida (Almeida e Caldas, 2012).

Várias investigações que se focaram no estudo de casais verificaram que pessoas casadas apresentam mais saúde mental do que não casadas (Kessler e McRae 1984; Pearlin e Johnson 1977; Thoits 1986; Waite e Gallagher 2000, citado em Simon, 2002). Investigações longitudinais com o mesmo foco concluem que a saúde mental é, não só a consequência, como a causa do estatuto marital (da existência ou inexistência do mesmo) (Booth e Amoto 1991; Mastekaasa 1992, citado em Simon, 2002). Adicionalmente, estudos realizados com sujeitos que sofrem de perturbações de ansiedade têm menos propensão para a autorrevelação e comunicação (Meleshko e Alden, 1993 Davila e Beck, 2002; Melfsen, Osterlow e Florin, 2000, citado em Sparrevohn, Rapee, 2009).

## II - Objetivos

As parcerias amorosas podem exercer influência, como anteriormente explanado, em diversas áreas do funcionamento dos indivíduos. A Intimidade é sucessivamente referida como sendo o motivo pelo qual os sujeitos procuram, estabelecem e mantêm relacionamentos interpessoais. Torna-se, portanto, pertinente analisar que fatores poderão contribuir, e de que maneira, para a experiência de intimidade. Aliado a este constructo, a presente investigação intenta investigar a *Inteligência Emocional*, bem como a *Confiança Interpessoal* e as respetivas influências nos demais constructos deste estudo, pelo que ambos fatores se encontram referenciados como necessários para o desenvolvimento de interações sociais. Ademais, tendo em conta a documentada importância deste tipo de socialização, objetiva-se verificar a contribuição dos constructos para a *Saúde Mental*.

Pretende-se, ainda, proceder a observações relativas à comparação de médias considerando o género dos respondentes, no sentido de verificar diferenças significativas que possam decorrer nos níveis de análise. Similarmente, delineou-se a observação de diferenças tendo em conta o *Tempo de Duração do Relacionamento*, bem como o *Estatuto Marital*. Por fim, e aproveitando a particularidade da presente amostra, pretende-se analisar as possíveis semelhanças, relativas à média, do ponto de vista intracasal.

Assim, as hipóteses levantadas para o presente estudo foram as seguintes:

H1. – Existem relações de associação entre os quatro constructos do estudo:

H1.1 – O constructo *Inteligência Emocional Percebida* tem relação de associação com o constructo *Intimidade Percebida* na Relação.

H1.2 - O constructo *Inteligência Emocional Percebida* tem relação de associação com o constructo *Confiança Interpessoal*.

H1.3 – O constructo *Inteligência Emocional Percebida* tem relação de associação com o constructo *Saúde Mental*.

H1.4 – O constructo *Confiança Interpessoal* tem relação de associação com o constructo *Intimidade Percebida*.

H1.5 – O constructo *Confiança Interpessoal* tem relação de associação com o constructo *Saúde Mental*.

H1.6 – O constructo *Intimidade Percebida* tem relação de associação com o constructo *Saúde Mental*.

H2. – A *Idade*, a *Inteligência Emocional Percebida* e a *Confiança Interpessoal* têm poder preditivo relativamente a algumas das variáveis em análise

H2.1 – A *Idade* permite predizer a *Intimidade Percebida* e a *Inteligência Emocional Percebida*

H2.2 - A *Inteligência Emocional Percebida* permite predizer a *Confiança Interpessoal*, a *Intimidade Percebida* e a *Saúde Mental*.

H2.3 – A *Confiança Interpessoal* permite prever a *Intimidade Percebida* e a *Saúde Mental*

H3. – Considerando os sujeitos individuais, existem diferenças estatísticas significativas entre sexos no que concerne aos constructos *Inteligência Emocional Percebida*, *Confiança Interpessoal* e *Intimidade Percebida*.

H4. – Considerando o casal, existem semelhanças intracasal relativamente às médias pontuadas por ambos membros de um mesmo casal no que concerne aos constructos *Inteligência Emocional Percebida*, *Confiança Interpessoal* e *Intimidade Percebida*.

H5. – Considerando o Tempo de Duração de Relacionamento, existem diferenças significativas relativamente aos constructos *Confiança Interpessoal* e *Intimidade Percebida*.

H6. – Considerando o Estatuto Marital, existem diferenças significativas relativamente aos constructos *Confiança Interpessoal* e *Intimidade Percebida*.

### III - Metodologia

#### 1. Caracterização da amostra

A amostra desta investigação é constituída por 73 casais heterossexuais, 146 sujeitos, com idades compreendidas entre os 19 e os 62 anos, sendo que a média da idade dos participantes correspondeu a 31.86 anos (DP=11,299) (cf. Tabela 1).

Os sujeitos estão igualmente distribuídos por sexo, assim 50% da amostra é constituída por membros do sexo feminino e os restantes 50% por sujeitos do sexo masculino (cf. Tabela 2).

Tabela 1. Características gerais em relação à idade da amostra total

	N	Mínimo	Máximo	Média	Desvio Padrão
Idade	146	19	62	31,86	11,299

Tabela 2. Distribuição dos sujeitos em função da variável Sexo

	N	%
Sexo		
Masculino	73	50
Feminino	73	50
Total	146	100

A distribuição dos sujeitos relativamente às habilitações literárias indica que participantes com um nível de educação igual ou equivalente à Licenciatura (36,3%) são os mais frequentes (cf. Tabela 3). No que toca à localidade, é de notar que a maioria dos respondentes reside em Coimbra (51,4%) (cf. Tabela 3).

Por fim, a distribuição da amostra relativamente ao estatuto marital revela uma maior frequência de casais em circunstância de namoro, representando 41,1% da amostra (cf. Tabela 4). No que diz respeito ao

tempo de relacionamento, a amostra contém uma maior frequência de sujeitos com uma duração de relacionamento compreendida entre os 6 meses e os 3 anos (38,4%) (cf. Tabela 4).

Tabela 3. Distribuição dos sujeitos em função das variáveis habilitações literárias e localidade

	N	%
<b>Habilitações Literárias</b>		
Inferior ao 12 <sup>a</sup> ano	12	8,2
12 <sup>o</sup> Ano	15	10,3
12 <sup>o</sup> Anos, mais diploma profissional específico	6	4,1
Frequência da Faculdade, mas sem conclusão da Licenciatura	22	15,1
Licenciatura ou grau equivalente	53	36,3
Pós-Graduação ou equivalente (Mestrado ou Doutoramento)	38	26
<b>Total</b>	<b>146</b>	<b>100</b>
<b>Localidade</b>		
Coimbra	75	51,4
Madeira	42	28,8
Lisboa	7	4,8
Porto	9	6,2
Guarda	2	1,4
Açores	1	,7
Santarém	1	,7
Leiria	1	,7
Aveiro	6	4,1
Braga	1	,7
Évora	1	,7
<b>Total</b>	<b>146</b>	<b>100</b>

Tabela 4. Distribuição dos sujeitos em função das variáveis estatuto marital e duração de relacionamento

	N	%
<b>Estatuto Marital</b>		
Casado(a)	46	31,5
União consensual	40	27,4
Namoro	60	41,1
<b>Total</b>	<b>146</b>	<b>100</b>
<b>Duração de relacionamento</b>		
6 Meses-3 Anos	56	38,4
4 Anos- 7Anos	40	27,4
8 Anos-19 Anos	24	16,4
A partir dos 20 Anos	26	17,8
<b>Total</b>	<b>146</b>	<b>100</b>

## 2. Instrumentos

Tendo em conta as variáveis e os objetivos deste estudo, foi selecionado um protocolo de investigação, composto por seis questionários. Com a intenção de aplicá-lo a ambos os sujeitos de um mesmo casal heterossexual, solicitou-se participantes com idades superiores aos 18 anos que mantivessem uma duração de relacionamento superior a 6 meses. O protocolo em questão incluiu, então, o Questionário Sociodemográfico (Maia de Carvalho e Vale Dias, 2010) e as seguintes escalas de avaliação: *Trait Meta-Mood Scale* (TMMS-24) (versão portuguesa: Queirós, Fernández-Berrocal, Extremera, Carral, e Queirós, 2005); *Personal Assessment of Intimacy in Relationships Scale* (PAIR) (versão Portuguesa: Moreira e Canavarro (2007)); *Rotenberg's Specific Trust Scale-Adults* (RSTSA) (versão portuguesa: Vale-Dias e Franco-Borges, 2014); Escalas de Ansiedade, Depressão e Stress (EADS-21) (adaptação portuguesa: Pais-Ribeiro, Honrado e Leal, 2004)); Escala de Desejabilidade Social de Coimbra (EDSC) (Simões, Almiro e Sousa, 2014).

### 2.1 Questionário Sociobiográfico

No sentido de viabilizar a caracterização da amostra foi utilizada uma versão do modelo do Formulário de Dados Pessoais de Rohner (2008), adaptada de acordo as necessidades da presente investigação. Assim, o questionário sociobiográfico (cf. Anexo 1.2) inquiri acerca de aspetos pessoais dos sujeitos, tais como idade, sexo, localidade, língua materna, estatuto marital. A última pergunta do questionário consiste em saber se os respondentes mantinham um relacionamento com duração superior a 6 meses (condição necessária para participar na investigação) e qual a duração atual do mesmo.

### 2.2 Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24)

A *Trait Meta-Mood Scale* é uma escala concebida para avaliar a Inteligência Emocional Percebida (I.E.P.), na medida em que objetiva compreender as crenças de cada sujeito relativamente às próprias capacidades emocionais. Esta escala propõe-se a avaliar as diferenças individuais relativamente estáveis nas tendências que os sujeitos têm para: (1) lidar com as próprias emoções ou estados emocionais, (2) fazer a distinção clara entre eles e (3) reparar/regular os mesmos. (Salovey et al., 1995; Salovey, Stroud, Woolery e Epel, 2002; FernándezBerrocal, Extremera e Ramos, 2004, citado em Queirós, Berrocal, Extremera, Carral e Queirós, 2005).

A versão original – realizada por Salovey et al. (1995) – é composta por 48 itens, já a versão reduzida – modificada por Fernández-Barrocal et al. (2004) – e utilizada na presente investigação – aferida para a população portuguesa por Queirós, Fernández-Berrocal, Extremera, Carral e Queirós (2005) – contém 24 itens (cf. Anexo 1.3) que se distribuem, igualmente, por

três subescalas de compreensão da I.E.P., sendo elas a *Atenção às Emoções* (8 itens), a *Clareza de Sentimentos* (8 itens) e a *Reparação do Estado Emocional* (8 itens), avaliadas de acordo com uma escala do tipo *Likert* de 1 a 5 pontos em que “1. Discordo totalmente” e “5. Concordo plenamente”.

### 2.3 Rotenberg’s Specific Trust Scale-Adults

A *Rotenber’s Specific Trust Scale-Adults* (2013) foi elaborada com base na *Interpersonal Trust Scale* (SIT) de Johnson-George e Swap (1982) – que intentava mensurar a confiança interpessoal no par amoroso – com o objetivo de medir a confiança que o respondente sente em relação a alguém, e que, neste caso, seriam juízos de confiança em relação ao *Par Amoroso*. A versão portuguesa, aferida por Vale-Dias e Franco-Borges (2014), é composta por 10 itens (cf. Anexo 1.4) que seguem um formato de escala *Likert* (9 pontos) e que devem ser pontuados – através de autorrelato – pelos respondentes com valores entre 1 (“1. Concordo totalmente”) e 9 (“9. Discordo totalmente”). É de notar que entre os itens 2 e 10 (inclusive) as pontuações devem ser invertidas, pelo que quanto menor a pontuação – i.e. soma da pontuação de todos os itens da escala –, maior será o juízo de confiança.

Importa referir, ainda, que a escala apresenta dois fatores de análise que consistem na *Confiança Emocional* (6 itens) – que se propõe a observar a crença de que outrem não irá causar danos emocionais – e na *Fidelidade* (4 itens) – que alude à análise da crença de que o outro cumprirá aquilo que promete (Rotenberg, 2010).

### 2.4 Personal Assessment of Intimacy in Relationships Scale (PAIR)

A *Personal Assessment of Intimacy in Relationships Scale* foi desenvolvida por Schaefer e Olson (1981) com o intuito de “avaliar o grau de intimidade percebido e/ou desejado por um indivíduo numa dada relação” (citado em Moreira, Amaral e Canavarro, 2009). Assim, os autores pretendiam que a escala fosse replicada em dois momentos, primeiramente deveria ser respondida como desejo de intimidade (*intimidade esperada*) e, posteriormente como *intimidade percebida*. Nas primeiras aferições foram apurados 36 itens distribuídos igualmente por 6 subescalas (6 itens por subescala) denominadas de intimidades: (1) *emocional*, (2) *sexual*, (3) *recreacional*, (4) *intelectual* e (5) *social* e uma última escala de *convencionalidade*<sup>14</sup> (Schaefer e Olson, 1981).

A aferição para a população portuguesa foi realizada por Moreira, Amaral e Canavarro (2009) e conta com 35 itens (cf. Anexo 1.5), distribuídos por 3 subescalas correspondentes à *Validação Pessoal* (constituída por 14 itens), à *Comunicação* (composta por 10 itens) e à *Abertura ao Exterior* (constituída por 5 itens). Contém, ainda, a escala da

<sup>14</sup> Desenhada para avaliar o grau de Desejabilidade Social nas respostas de cada indivíduo.



*Convencionalidade* que manteve os 6 itens originais. Ademais, a versão portuguesa do PAIR pretende, apenas, avaliar a *intimidade percebida* na relação. É uma medida de autorrelato, com escala tipo *Likert*, onde os respondentes devem pontuar entre 0 e 4<sup>15</sup> em que “0. Discordo fortemente” e “4. Concordo fortemente”, sendo que valores mais elevados indicam maior percepção de intimidade.

### **2.5 Escala de Ansiedade, Depressão e Stress (EADS-21)**

A Escala de Ansiedade, Depressão e Stress (EADS), cujo nome original é *Depression, Anxiety and Stress Scale* (DASS) foi criada por Lovibond e Lovibond (1995) e aferida para a população portuguesa, ultimamente, por Pais-Ribeiro, Honrado e Leal (2004). Consiste num inventário de autorresposta que contém afirmações que remetem para sintomas emocionais negativos que o respondente possa ter sentido durante a passada semana (cf. Anexo 1.6). Ademais, segue uma pontuação do tipo *Likert* entre 0 e 3 em que “0. Não se aplicou nada a mim” e “3. Aplicou-se a mim a maior parte das vezes”, sendo composto por três subescalas – *Depressão*, *Ansiedade* e *Stress* – com sete itens cada, perfazendo uma escala com 21 itens no total.

### **2.6 Escala de Desejabilidade Social de Coimbra (EDSC)**

A Desejabilidade Social é definida como a tendência que de alguns indivíduos têm de procurar apresentar-se de maneira favorável relativamente a normas e costumes sociais. Esta pode envolver a negociação de características negativas, bem como a atribuição de características positivas (Carsky, Selzer, Terkelson e Hurt, 1991, citado em Rogers, 2008). Para viabilizar a avaliação desta questão, foram criadas ferramentas para a sua avaliação, incluindo a Escala de Desejabilidade Social de Coimbra (EDSC) (cf. Anexo 1.7). Esta escala visa 22 itens que endereçam atitudes pessoais que caracterizam a maneira de ser de cada sujeito e que devem ser, através do autorrelato, respondidos com “Sim” ou “Não” (resposta dicotômica). É importante referir que este instrumento contém normas provisórias para as variáveis género e idade (Almiro et al., 2014).

## **3. Procedimentos**

### **3.1 Procedimentos de recolha de dados**

Os dados foram recolhidos junto da amostra de conveniência desta investigadora, durante o período entre Abril de 2016 e Dezembro de 2017. Os protocolos foram entregues aos pares, em formato de papel e submetidos em dois envelopes (um protocolo para cada envelope) no sentido de facilitar a privacidade de cada elemento de um mesmo casal.

<sup>15</sup> Os itens 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 16, 21, 22, 25, 28, 29, 31, 32, 33 e 36 desta escala devem ser cotados, posteriormente, de forma invertida.

Os respondentes foram contactados em locais de trabalho (ex.: Centros de Saúde, Escolas) ou em estabelecimentos de ensino (Universidade de Coimbra) ou de maneira informal (contactos pessoais da investigadora).

Todos os protocolos contaram com o consentimento informado (cf. Anexo 1.1) e a com a assinatura dos participantes voluntários. Foi, ademais, explicado que os dados pessoais permaneceriam confidenciais e que o anonimato seria garantido (APA, 2010; Ordem dos Psicólogos, 2011), passando a informação de que poderiam desistir de participar a qualquer momento do preenchimento. Importa referir que se solicitou a cada membro de um mesmo casal o preenchimento separado e secreto dos protocolos.

A aplicação das escalas obedeceu à seguinte ordem: 1) Questionário Sociobiográfico (modelo de Rohner, 2008); 2) *Trait Meta-Mood Scale* (TMMS-24) (adaptação portuguesa: Queirós et al., 2005); 3) *Rotenberg's Specific Trust Scale-Adults* (adaptação portuguesa: Vale-Dias e Franco-Borges, 2014); 4) *Personal Assessment of Intimacy in Relationships Scale* (PAIR) (versão portuguesa: Moreira e Canavarro, 2008); 5) Escala de Ansiedade, Depressão e Stress (EADS-21) (adaptação portuguesa: Pais-Ribeiro, Honrado e Leal, 2004; 6) Escala de Desejabilidade Social de Coimbra (EDSC) (Simões, Almiro e Sousa, 2014).

### 3.2 Procedimentos estatísticos

Para ser possível proceder à análise estatística dos dados obtidos através da recolha da amostra, conceberam-se, como ponto de partida, os objetivos estipulados *a priori* para a presente investigação e fez-se recurso ao programa SPSS – *Statistical Package of Social Science* – versão 22.0 para o Windows. Neste, construíram-se duas bases de dados: uma serviria para observações individuais e a segunda para facilitar observações referentes ao casal/díade.

Primeiramente, fez-se uma análise aos *missing values* – i.e. não respostas – e foram eliminados casos que tivessem uma percentagem de valores ausentes superior a 10% (Bryman e Cramer, 1993). Para a análise do padrão de distribuição de não respostas submetemos os dados ao *Little MCAR Test (Missing Completely at Random)*, sendo que valores não significativos neste teste significam que o padrão de não respostas é aleatório.

Posteriormente, realizaram-se procedimentos necessários de maneira a verificar se a distribuição da presente amostra seguia os parâmetros da normalidade. O resultado obtido no Teste do *Kolmogorov-Smirnov* (Teste de K-S) não foi suficientemente significativo para afirmar que as variáveis seguem uma distribuição normal ( $p < .05$ ), com a exceção da *Atenção às Emoções* e *Clareza de Sentimentos* – pertencentes à escala de Inteligência Emocional (*Trait Meta-Mood Scale*) – cujo  $p = .200$  para a população feminina e masculina<sup>16</sup>, respetivamente; e a subescala *Abertura à Experiência* que obteve, igualmente  $p = .200$  para a população masculina. No entanto, uma vez que a amostra é constituída por 146 sujeitos, optou-se pela

<sup>16</sup> O Teste de K-S foi calculado utilizando a variável *sexo* como fator.

utilização de testes paramétricos pelo que, de acordo com o Teorema do Limite Central (Maroco, 2007), uma amostra com mais de 30 sujeitos é considerada suficientemente grande para a assunção de normalidade, viabilizando, portanto, a realização de testes paramétricos.

O seguinte procedimento estatístico prendeu-se com a verificação da confiabilidade, isto é, da consistência interna, que foi calculada através do *Alpha de Cronbach*. Os dados relativos a esta operação serão aprofundados mais adiante na investigação.

Por forma a testar as hipóteses em análise, fez-se recurso a testes de correlação – coeficiente de correlação de *Pearson* – de maneira a explorar relações entre os quatro constructos em análise (Inteligência Emocional Percebida, Intimidade Percebida, Confiança Interpessoal no Par Amoroso e Saúde Mental). Ademais, e para compreender a influência de algumas variáveis como influência preditiva, recorreu-se à aplicação do Modelo de Regressão Linear Múltipla. Para viabilizar a análise de diferenças entre sexos relativamente às pontuações nos constructos em análise, foi aplicado o teste T de *student* para amostras independentes e, para verificar semelhanças intracasal, para amostras emparelhadas. A ANOVA-Unifactorial foi utilizada para verificar diferenças de variância relativamente ao Tempo de Duração do Relacionamento e, posteriormente, relativamente ao Estatuto Marital.

## IV - Resultados

### 1. Análise Descritiva

Foi realizada uma análise estatística descritiva dos dados obtidos para cada escala e/ou subescala que constituiu o protocolo utilizado na presente investigação. Poder-se-á observar na Tabela 5 os valores descritivos correspondentes às escalas protocolares da presente investigação: (1) *Trait Meta-Mood Scale 24* (TMMS24); (2) *Rottenberg's Specific Trust Scale-Adults* (RSTSA); (3) *Personal Assessment of Intimacy in Relationships* (PAIR) (4) Escala de Ansiedade, Depressão e Stress (EADS21)

Relativamente à escala de Inteligência Emocional Percebida (I.E.P.), concretamente a TMMS24, é possível constatar que as médias para as subescalas *Atenção às Emoções*, *Clareza de Emoções* e *Reparação do Estado Emocional* são iguais a, respetivamente, 29,03 (DP=4,978); 29,96 (DP=4,609) e 30,87 (DP=5,155). Estas são médias relativamente altas, na medida em que os valores mínimos e máximos, para qualquer um dos fatores, correspondem a 14 e 40 respetivamente.

A escala de Confiança Interpessoal, isto é, a RSTSA, obteve valores descritivos, para a o total da escala, iguais a 26 e 90 correspondentes, respetivamente aos valores mínimo e máximo e a uma média igual a 77,80 (DP=12,696). As subescalas de *Confiança Emocional* e de *Fidelidade* obtiveram, respetivamente, os valores mínimos de 19 e 5, para os valores máximos de 54 e 36. O cálculo da média para estas subescalas resultou em 45,22 (DP=8,401) para a *Confiança Emocional* e 32,52 (DP=5,431) para a

### Fidelidade.

Os dados da análise do total da Escala de Intimidade Percebida – PAIR – resultaram num valor mínimo de 25, num máximo de 136 e numa média igual a 106,22 (DP=18,544). Os três fatores de análise, i.e., a *Validação Pessoal* (Fator 1), a *Comunicação* (Fator 2) e a *Abertura à Experiência* (Fator 3), obtiveram valores mínimos de 5, 6 e 4, respetivamente, e valores máximos de 56, 40 e 20; as médias correspondentes foram de 41,60 (DP=9,065) para o Fator 1; 32,85 (DP=5,278) para o Fator 2; 13,78 (DP=3,622) para o Fator 3. A *Escala de Convencionalidade* foi pontuada com uma média de 17,72 (DP=4,196), sendo o seu valor mínimo de 3 e máximo de 24.

A EADS21 obteve um valor mínimo de 0 para todas as subescalas e um valor máximo de 21, 12 e 18 para as subescalas de *Depressão*, *Ansiedade* e *Stress*, respetivamente. Pela mesma ordem, as médias das subescalas corresponderam a 2,87 (DP=3,624), 2,28 (DP=3,198) e 5,19 (DP=4,395).

Finalmente, procedeu-se a uma análise das médias obtidas na pontuação da Escala de Desejabilidade Social de Coimbra (EDSC) e a uma comparação das mesmas com as normas apuradas na aferição original por Almiro et al. (2014) (cf. Tabela 5). A análise das normas foi feita de acordo com o sexo, sendo que a média da pontuação masculina foi igual a M=9.81 (DP=4.33) e a média para a população feminina consistiu em M=10.32 (DP=4.33). Em comparação com as médias apuradas na aferição da Escala – sexo masculino com M=12.25 (DP=5.11) e feminino com M=11.50 (DP=4.88) – é possível confirmar de que os resultados relativos à desejabilidade social na presente investigação encontram-se dentro das médias aceitáveis.

Tabela 5. Análise de Médias na Escala de Desejabilidade Social de acordo com o sexo

Sexo	M	DP	M	DP
			(Almiro et al, 2014)*	(Almiro et al, 2014)*
Masculino	9.81	4.33	12.25	5.11
Feminino	10.32	4.33	11.50	4.88
Total	10.06	4.32	11.66	4.93

\*Normas provisórias

Tabela 6. Análise Descritiva das variáveis

	Mínimo	Máximo	Média	DP
<sup>1</sup> TMMS24_Atenção_Emoções	14	40	29.03	4.978
TMMS24_Clareza_Emoções	14	40	29.96	4.609
TMMS24_Reparação_Estado_Emocional	14	40	30.87	5.155
<sup>2</sup> RSTSA_Confiança_Emocional	19	54	45.22	8.401
RSTSA_Fidelidade	5	36	32.52	5.431
RSTSA_Total	26	90	77.80	12.696
<sup>3</sup> PAIR_Validação_Pessoal	5	56	41.60	9.065
PAIR_Comunicação	6	40	32.85	5.278
PAIR_Abertura_Experiência	4	20	13.78	3.622
PAIR_Convencionalidade	3	24	17.72	4.196
PAIR_Total	25	136	106.22	18.544
<sup>4</sup> EADS21_Depressão	0	21	2.87	3.624
EADS21_Ansiedade	0	12	2.28	3.198
EADS21_Stress	0	18	5.19	4.395

1. Trait Meta-Mood Scale 24

2. RSTSA - Rottenberg's Specific Trust Scale-Adults

3. Personal Assessment of Intimacy in Relationships

4. Escala de Ansiedade, Depressão e Stress 21

## 2. Análise da Consistência Interna

O cálculo da consistência interna não poderia deixar de constar na presente investigação. Para tal, foi utilizado o indicador *Alpha de Cronbach* que, de acordo com Nunally (1978), deve ser superior a  $\alpha=.60$  para que uma escala seja considerada aceitável<sup>17</sup>.

A consistência interna da Escala de Inteligência Emocional (TMMS24) apresenta valores aceitáveis para todas as subescalas, destacando-se a subescala relativa à *Atenção às Emoções* como a detentora do valor mais baixo ( $\alpha=.76$ ) – e inferior aos valores do *alpha* obtidos nos estudos de Salovey et al., (1995) e Queirós et al., (2005) – relativamente aos valores da subescala da *Clareza de Emoções* ( $\alpha=.82$ ) e da *Reparação do Estado Emocional* ( $\alpha=.86$ ) que são considerados valores bons de consistência interna (cf. Tabela 7).

Quanto à consistência interna obtida na Escala de Confiança Interpessoal, podemos afirmar que os mesmos podem ser classificados como bons, na medida em que se situam entre  $\alpha=.80$  e  $\alpha=.90$  (a subescala com valor mais baixo obteve, ainda assim, um  $\alpha=.81$ ); estes valores constituem-se semelhantes a resultados de cálculos de consistência interna realizados em estudos anteriores (cf. Tabela 8).

<sup>17</sup> Nunally (1978) classifica os valores do alpha de Cronbach como excelentes (superiores a  $\alpha=.90$ ) bons (entre o  $\alpha=.80$  e o  $\alpha=.90$ ), razoáveis (entre  $\alpha=.70$  e  $\alpha=.80$ ), fracos (entre  $\alpha=.60$  e  $\alpha=.70$ ) e inaceitáveis (inferiores a  $\alpha=.60$ )

Tabela 7. Consistência interna da Escala de Inteligência Emocional Percebida

	Alpha de Cronbach	Salovey et al., 1995	Queirós et al., 2005 (universitários)
<sup>1</sup> TMMS24_Atenção_Emoções	.76	.90	.80
TMMS24_Clareza_Emoções	.82	.90	.79
TMMS24_Reparação_Estado_Emocional	.86	.86	.85

1. TMMS24 - Trait Meta-Mood Scale-24

Tabela 8. Consistência interna da Escala de Confiança Interpessoal

	Alpha de Cronbach	Minas, 2014
<sup>1</sup> RSTSA_Confiança_Emocional	.81	.53
RSTSA_Fidelidade	.88	.93
RSTSA_Total	.89	.84

1- RSTSA - Rottenberg's Specific Trust Scale-Adults

Relativamente à consistência interna apurada na escala total e subescalas da Intimidade Percebida, é possível constatar que quase os valores se situam entre valores considerados bons ou excelentes. Destaca-se a subescala de *Abertura ao Exterior* pontuou  $\alpha=.10$  (cf. Tabela 9), sendo por isso inaceitável e não-passível de ser utilizada na presente investigação.

Tabela 9. Consistência interna da Escala de Intimidade Percebida

	Alpha de Cronbach	Moreira, Amaral e Canavarro, 2009
<sup>1</sup> PAIR_Validação_Pessoal	.87	.80
PAIR_Comunicação	.85	.79
PAIR_Abertura_Exterior	.10	.85
PAIR_Convencionalidade	.81	.81
PAIR_Total	.92	.92

1. PAIR - Personal Assessment of Intimacy in Relationships

Por ultimo lugar, os valores da consistência interna obtidos nas subescalas relativas à saúde mental, podem ser classificadas como bons valores (pelo que o Alpha de Cronbach se situa entre  $\alpha=.80$  e  $\alpha=.90$ ), traduzindo-se em valores ligeiramente superiores aos obtidos por Pais-Ribeiro, Honrado e Leal (2004) (cf. Tabela 10) aquando da aferição desta escala para a população portuguesa.

Tabela 10. Consistência interna da Escala de Saúde Mental

	Alpha de Cronbach	Pais-Ribeiro, Honrado e Leal, 2004
<sup>1</sup> EADS21_Depressão	.87	.85
EADS21_Ansiedade	.82	.74
EADS21_Stress	.88	.81

1. Escala de Ansiedade, Depressão e Stress 21

### 3. Análise das hipóteses em estudo

#### 3.1 Estudo das relações de associação entre Inteligência emocional, Intimidade Percebida, Confiança Interpessoal e Saúde Mental

De modo a analisar as relações de associação entre os quatro constructos em análise – Inteligência Emocional Percebida; Intimidade Percebida, Confiança Interpessoal e Saúde Mental – realizaram-se os cálculos do Coeficiente de *Pearson*, para viabilizar a obtenção da medida de correlação entre variáveis.

##### **Hipótese 1.1 – O constructo Inteligência Emocional Percebida tem relação de associação com o constructo Intimidade Percebida na Relação.**

Atentando à Tabela 11, é possível analisar que as correlações obtidas entre a Inteligência Emocional Percebida (I.E.P.) e a Intimidade Percebida (I.P.) variaram entre baixas e moderadas<sup>18</sup>. Concretamente, a *Validação Pessoal* obteve uma correlação baixa com a *Clareza de Emoções* ( $r=.19$ ,  $p<.05$ ) e com a *Reparação do Estado Emocional* ( $r=.23$ ,  $p<.01$ ). A Subescala *Comunicação* obteve uma correlação moderada com a *Clareza de Emoções* ( $r=.31$ ,  $p<.01$ ) e baixa com a *Reparação do Estado Emocional* ( $r=.26$ ,  $p<.01$ ). A escala total da I.P. obteve coeficientes de correlação considerados baixos com ambas *Clareza de Emoções* ( $r=.22$ ,  $p<.05$ ) e *Reparação do Estado Emocional* ( $r=.27$ ,  $p<.01$ ). A subescala *Atenção às Emoções* pertencente à escala de I.E.P. não obteve coeficientes significativos relativamente à correlação com as escalas de I.P.

Tabela 11. Matriz de correlações entre a Escala de Inteligência Emocional e a Escala de Intimidade Percebida

	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
(1) <sup>1</sup> PAIR_Validação_Pessoal	-	.706**	.933**	.085	.190*	.231**
(2) PAIR_Comunicação		-	.869**	.114	.314**	.266**
(3) PAIR_Total			-	.120	.223*	.273**
(4) <sup>2</sup> TMMS24_Atenção_Emoções				-	.321**	-.002
(5) TMMS24_Clareza_Emoções					-	.392**
(6) TMMS24_Reparação_Emocional						-

Sig. \*\*<.01  
Sig. \*<.05

1. PAIR- Personal Assessment of Intimacy in Relationships

2. TMMS24 - Trait Meta-Mood Scale-24

<sup>18</sup> Cohen (1988) sugere uma forma de interpretar os resultados obtidos no cálculo do coeficiente de correlação. Sendo que o  $r$  poderá variar entre o -1 e o 1, o mesmo pode ser interpretado como baixo ( $r=.10$  até  $r=.29$  ou  $r=-.10$  até  $r=-.29$ ) moderado ( $r=.30$  até  $r=.49$  ou  $r=-.30$  até  $r=-.49$ ) ou alto ( $r=.50$  to  $r=1.0$  or  $r=-.50$  to  $r=-1.0$ )

**Hipótese 1.2 – O constructo Inteligência Emocional Percebida tem relação de associação com o constructo Confiança Interpessoal.**

Similarmente às correlações observadas anteriormente, a correlação entre a I.E.P. e a Confiança Interpessoal (C.I.) apresenta coeficientes baixos e moderados (cf. Tabela 12). A *Atenção às Emoções* obteve uma correlação baixa com a *Fidelidade* ( $r=.22, p<.01$ ) e com a *Confiança* (escala total) ( $r=.18, p<.05$ ). A Subescala *Clareza de Emoções* obteve uma correlação moderada com a *Confiança Emocional* ( $r=.31, p<.01$ ) e com a *Confiança* (escala total) ( $r=.31, p<.01$ ) e baixa com a *Fidelidade* ( $r=.28, p<.01$ ). Na *Reparação do Estado Emocional* observaram-se coeficientes de correlação baixos para as três escalas de Confiança sob análise - *Confiança Emocional*, ( $r=.29, p<.01$ ) *Fidelidade* ( $r=.17, p<.05$ ) *Confiança* (escala total) ( $r=.26, p<.01$ ).

Tabela 12. Matriz de correlações entre a Escala de Inteligência Emocional e a Escala de Confiança Interpessoal

	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
(1) <sup>1</sup> TMMS24_Atenção_Emoções	-	.321**	-.002	.130	.223**	.180*
(2) TMMS24_Clareza_Emoções		-	.392**	.313**	.281**	.314**
(3) TMMS24_Reparação_Emocional			-	.288**	.172*	.257**
(4) <sup>2</sup> RSTSA_Confiança_Emocional				-	.750**	.960**
(5) RSTSA_Fidelidade					-	.905**
(6) RSTSA_Total						-

Sig. \*\*<.01  
Sig. \*<.05

1. Trait Meta-Mood Scale-24

2. Rotenberg's Specific Trust Scale-Adults

**Hipótese 1.3 – O constructo Inteligência Emocional Percebida tem relação de associação com o constructo Saúde Mental.**

Na relação entre os constructos I.E.P. e Saúde Mental (S.M.) (cf. Tabela 13) observam-se menos correlações quando comparadas com os coeficientes apurados anteriormente. A *Atenção às Emoções*, por exemplo, não obteve correlação com nenhuma das subescalas da S.M., já a *Clareza de Emoções* correlacionou-se, apenas e negativamente, com a subescala *Depressão* apresentando um coeficiente considerado baixo ( $r=-.29, p<.01$ ). Por fim, a *Reparação do Estado Emocional* obteve uma correlação negativa e moderada com o *Stress* ( $r=-.31, p<.01$ ) e negativa e baixa com a *Ansiedade* ( $r=.20, p<.05$ ) bem como com a *Depressão* ( $r=-.29, p<.01$ ).



Tabela 13. Matriz de correlações entre a Escala de Inteligência Emocional e a Escala de Saúde Mental

	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
(1) <sup>1</sup> TMMS24_Atenção_Emoções	-	.321**	-.002	.032	.046	.105
(2) TMMS24_Clareza_Emoções			.392**	-.289**	-.147	-.132
(3) TMMS24_Reparação_Emocional				-.292**	-.201*	-.318**
(4) <sup>2</sup> EADS21_Depressão					.641**	.531**
(5) EADS21_Ansiedade						.698**
(6) EADS21_Stress						

Sig. \*\*<.01  
Sig. \*<.05

1. TMMS24 -Trait Meta-Mood Scale 24

2. Escala de Ansiedade, Depressão e Stress

### **Hipótese 1.4 – O constructo Confiança Interpessoal tem relação de associação com o constructo Intimidade Percebida.**

A correlação entre a Confiança Interpessoal e a Intimidade Percebida apresenta coeficientes altos e moderados (cf. Tabela 14). Começando pela *Validação Pessoal*, é possível observar que a mesma obteve correlações positivas altas com a *Confiança Emocional* ( $r=.59, p<.01$ ) e com a *Confiança* (escala total) ( $r=.53, p<.01$ ) e uma correlação moderada com *Fidelidade* ( $r=.34, p<.01$ ). Semelhantemente, a *Comunicação* e a *Intimidade* (escala total) apresentaram correlações positivas altas com a *Confiança Emocional* ( $r=.65, p<.01$   $r=.67, p<.01$ , respetivamente) e com a *Confiança* (escala total) ( $r=.59, p<.01$   $r=.60, p<.01$  respetivamente) e correlações moderadas com *Fidelidade* ( $r=.41, p<.01$   $r=.40, p<.01$  respetivamente).

Tabela 14. Matriz de correlações entre a Escala de Intimidade Percebida e a Escala de Confiança Interpessoal

	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
(1) <sup>1</sup> PAIR_Validação_Pessoal	-	.706**	.933**	.596**	.347**	.529**
(2) PAIR_Comunicação			.869**	.651**	.407**	.592**
(3) PAIR_Total				.665**	.402**	.597**
(4) <sup>2</sup> RSTSA_Confiança_Emocional					.750**	.960**
(5) RSTSA_Fidelidade						.905**
(6) RSTSA_Total						

Sig. \*\*<.01

1. Personal Assessment of Intimacy in Relationships

2. Rotenberg's Specific Trust Scale-Adults

### **Hipótese 1.5 – O constructo Confiança Interpessoal tem relação de associação com o constructo Saúde Mental.**

Observando a tabela 15 é possível denotar algumas correlações negativas entre os constructos da Confiança Interpessoal e a Saúde Mental. Assim, a *Depressão* está negativamente correlacionada com a *Confiança*

*Emocional* e com a *Confiança* (escala total) apresentando coeficientes considerados baixos ( $r=-.19, p<.05$   $r=-.17, p<.05$ , respetivamente). Relativamente à *Ansiedade*, confirma-se apenas uma correlação negativa, e baixa, relativa à *Confiança Emocional* ( $r=-.18, p<.05$ ). Por último, o *Stress* apresenta correlações negativas e baixas com as: *Confiança Emocional* ( $r=-.21, p<.01$ ) e *Confiança* (escala total) ( $r=-.18, p<.05$ ).

Tabela 15. Matriz de correlações entre a Escala de Confiança Interpessoal e a Saúde Mental

	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
(1) <sup>1</sup> EADS21_Depressão	-	.641**	.531**	-.197*	-.110	-.174*
(2) EADS21_Ansiedade		-	.698**	-.181*	-.088	-.161
(3) EADS21_Stress			-	-.217**	-.084	-.183*
(4) <sup>2</sup> RSTSA_Confiança_Emocional				-	.750**	.960**
(5) RSTSA_Fidelidade					-	.905**
(6) RSTSA_Total						-

Sig. \*\*<.01  
Sig. \*<.05

1. Escala de Ansiedade, Depressão e Stress

2. Rotenberg's Specific Trust Scale-Adults

### **Hipótese 1.6 – O constructo Intimidade Percebida tem relação de associação com o constructo Saúde Mental.**

Ao verificar a tabela 16, importa referir que se verificam correlações negativas e moderadas entre subescalas de ambos constructos: Intimidade Percebida e Saúde Mental. É possível perceber que ambas subescalas: *Depressão – Validação Pessoal* ( $r=-.39, p<.01$ ) *Comunicação* ( $r=-.29, p<.01$ ) e *Intimidade* (escala total) ( $r=-.37, p<.01$ ) – e *Stress – Validação Pessoal* ( $r=-.35, p<.01$ ) *Comunicação* ( $r=-.24, p<.01$ ) e *Intimidade* (escala total) ( $r=-.35, p<.01$ ), apresentam correlações negativas e moderadas com as três subescalas da Intimidade Percebida em análise. A *Ansiedade*, por sua vez, apresenta correlações negativas e moderadas com, apenas, a *Validação Pessoal* ( $r=-.40, p<.01$ ) e com a *Intimidade* (escala total) ( $r=-.33, p<.01$ ).

Tabela 16. Matriz de correlações entre a Intimidade Percebida e a Saúde Mental

	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
(1) <sup>1</sup> EADS21_Depressão	-	.641**	.531**	-.392**	-.290**	-.368**
(2) EADS21_Ansiedade		-	.698**	-.404**	-.159	-.325**
(3) EADS21_Stress			-	-.351**	-.236**	-.351**
(4) <sup>2</sup> PAIR_Validação_Pessoal				-	.706**	.933**
(5) PAIR_Comunicação					-	.869**
(6) PAIR_Total						-

Sig. \*\*<.01

1. Escala de Ansiedade, Depressão e Stress

2. Personal Assessment of Intimacy in Relationships

### 3.2 Estudo do efeito preditivo das variáveis: *Idade, Inteligência Emocional Percebida, Confiança Interpessoal e Intimidade Percebida na relação com algumas variáveis em análise*

No sentido de averiguar o poder preditivo de algumas variáveis da presente investigação, realizaram-se quatro regressões (regressão linear múltipla). Estas visaram a Idade (H2.1), a Inteligência Emocional Percebida (H2.2), a Confiança Interpessoal (H2.3) como variáveis independentes, tendo em conta variáveis dependentes que serão nomeadas posteriormente.

#### **Hipótese 2.1 – A Idade permite prever a Intimidade Percebida e a Inteligência Emocional Percebida.**

Considerando a tabela 17, é possível perceber que as subescalas concernentes à Intimidade Percebida apresentam valores de significância ( $p < .01$ ), sendo possível afirmar que a Idade tem capacidade preditiva para explicar 11% da *Validação Pessoal* ( $R^2 = .11$ ,  $p < .01$ ) 9% da *Comunicação* ( $R^2 = .01$ ,  $p < .01$ ) e 10% da *Intimidade* ( $R^2 = .10$ ,  $p < .01$ ). Por sua vez, as subescalas constituintes da Inteligência Emocional Percebida, não apresentam valores significativos, sendo que  $p = .95$  para *Atenção às Emoções*;  $p = .87$  para a *Clareza de Emoções* e  $p = .56$  relativamente à *Reparação do Estado Emocional*.

Procedendo a uma análise dos coeficientes de regressão pontuados em para a variável independente (cf. Tabela 18), conseguimos perceber os valores de Beta ( $\beta$ ) no sentido de aprofundar o efeito preditivo da Idade nas variáveis dependentes em questão. Assim, e tendo em conta apenas os valores com  $p < .01$  é possível afirmar que a Idade prediz significativa e negativamente as variáveis correspondentes à *Validação Pessoal* ( $\beta = -.33$ ,  $p < .01$ ) à *Comunicação* ( $\beta = -.29$ ,  $p < .01$ ) e à *Intimidade* (escala total) ( $\beta = -.32$ ,  $p < .01$ ).

Tabela 17. Resumo das regressões obtidas para cada variável dependente tendo em conta a Idade como variável independente

Modelo	$R^2$	$R^2$ ajustado	$p$
1 <sup>a</sup>	.00	-.007	$p = .95^g$
2 <sup>b</sup>	.00	-.007	$p = .87^g$
3 <sup>c</sup>	.00	-.005	$p = .56^g$
4 <sup>d</sup>	.11	.105	$p < .01^g$
5 <sup>e</sup>	.09	.079	$p < .01^g$
6 <sup>f</sup>	.10	.097	$p < .01^g$

- a. Variável Dependente: Atenção às Emoções
- b. Variável Dependente: Clareza de Emoções
- c. Variável Dependente: Reparação do Estado Emocional
- d. Variável Dependente: Validação Pessoal
- e. Variável Dependente: Comunicação
- f. Variável Dependente: Intimidade Percebida (Escala Total)
- g. Preditores: (Constante): Idade

Tabela 18. Coeficientes de regressão obtidos para cada variável dependente tendo em conta a Idade como variável independente

	Modelo	B	Beta	T	p
1 <sup>a</sup>	(Constante)	29.11		22.99	p<.01 <sup>g</sup>
	Idade	-.00	-.01	-.06	p=.95
2 <sup>b</sup>	(Constante)	29,82		24.74	p<.01 <sup>g</sup>
	Idade	.01	.01	.16	p=.87
3 <sup>c</sup>	(Constante)	30.186		23.09	p<.01 <sup>g</sup>
	Idade	.02	.05	.58	p=.56
4 <sup>d</sup>	(Constante)	50.28		22.86	p<.01 <sup>g</sup>
	Idade	-.28	-.33	-4.18	p<.01 <sup>g</sup>
5 <sup>e</sup>	(Constante)	37.36		28.28	p<.01 <sup>g</sup>
	Idade	-.14	-.29	-3.61	p<.01 <sup>g</sup>
6 <sup>f</sup>	(Constante)	123.45		26.32	p<.01 <sup>g</sup>
	Idade	-.56	-.32	-3.89	p<.01 <sup>g</sup>

- a. Variável Dependente: Atenção às Emoções  
b. Variável Dependente: Clareza de Emoções  
c. Variável Dependente: Reparação do Estado Emocional  
d. Variável Dependente: Validação Pessoal  
e. Variável Dependente: Comunicação  
f. Variável Dependente: Intimidade Percebida (Escala Total)  
g. Preditores: (Constante): Idade

***Hipótese 2.2 – A Inteligência Emocional Percebida permite prever a Confiança Interpessoal, a Intimidade Percebida e a Saúde Mental.***

Colocando a I.E.P. como variável independente e analisando o seu efeito preditivo (cf. Tabela 19) é possível observar que todos os modelos apresentam um nível de significância  $p<.01$  com a exceção da variável *Ansiedade* cujo  $p=.07$  e da *Validação Pessoal* com  $p=.03$ . Assim, afirma-se que a I.E.P. é capaz de explicar: 13% da *Confiança Emocional* ( $R^2=.13$ ,  $p<.01$ ); 10% da *Fidelidade* ( $R^2=.11$ ,  $p<.01$ ) 13% *Confiança* (escala total) ( $R^2=.13$ ,  $p<.01$ ); 12% da *Comunicação* ( $R^2=.12$ ,  $p<.01$ ); 9% da *Intimidade Percebida* ( $R^2=.09$ ,  $p<.01$ ); 13% da *Depressão* ( $R^2=.11$ ,  $p<.01$ ) e 11% do *Stress* ( $R^2=.11$ ,  $p<.01$ ).

Tabela 19. Resumo das regressões obtidas para cada variável dependente tendo em conta a Inteligência Emocional Percebida como variável independente

Modelo	$R^2$	$R^2$ ajustado	$p$
1 <sup>a</sup>	.13	.11	$p < .01^j$
2 <sup>b</sup>	.11	.09	$p < .01^j$
3 <sup>c</sup>	.13	.11	$p < .01^j$
4 <sup>b</sup>	.06	.05	$P = .03^j$
5 <sup>e</sup>	.12	.10	$p < .01^j$
6 <sup>f</sup>	.09	.06	$p < .01^j$
7 <sup>g</sup>	.13	.11	$p < .01^j$
8 <sup>h</sup>	.05	.03	$p = .07$
9 <sup>i</sup>	.11	.09	$p < .01^j$

- a. Variável Dependente: Confiança Emocional  
 b. Variável Dependente: Fidelidade  
 c. Variável Dependente: Confiança Interpessoal  
 d. Variável Dependente: Validação Pessoal  
 e. Variável Dependente: Comunicação  
 f. Variável Dependente: Intimidade Percebida  
 g. Variável Dependente: Depressão  
 h. Variável Dependente: Ansiedade  
 i. Variável Dependente: Stress  
 j. Preditores: (Constante): Inteligência Emocional (Atenção, Clareza e Reparação)

Recorrendo à análise dos coeficientes de regressão pontuados em para a variável independente (cf. Tabela 20), conseguimos perceber os valores de Beta ( $\beta$ ) no sentido de aprofundar o efeito preditivo da Idade nas variáveis dependentes em questão. Assim, e tendo em conta apenas os valores com  $p < .01$  é possível afirmar que a Inteligência Emocional e, em particular, a *Clareza de Emoções*, prediz significativa e positivamente variável correspondente à *Comunicação* ( $\beta = .23$ ,  $p < .01$ ) e negativamente a correspondente à *Depressão* ( $\beta = -.25$ ,  $p < .01$ ). A *Reparação do Estado Emocional*, por sua vez, tem um efeito preditivo, significativo e negativo, na variável correspondente ao *Stress* ( $\beta = -.29$ ,  $p < .01$ ).

Tabela 20. Coeficientes de regressão obtidos para cada variável dependente tendo em conta a Inteligência Emocional Percebida como variável independente

	Modelo	B	Beta	T	p
1 <sup>a</sup>	(Constante)	20.25		3.34	p<.01 <sup>i</sup>
	Atenção	.10	.06	.72	p=.48
	Clareza	.39	.21	2.25	p=.03
	Reparação	.33	.20	2.28	p=.03
2 <sup>b</sup>	(Constante)	17.48		4.41	p<.01 <sup>i</sup>
	Atenção	.18	.16	1.85	p=.07
	Clareza	.22	.19	1.98	p=.05
	Reparação	.10	.10	1.08	p=.28
3 <sup>c</sup>	(Constante)	37.99		4.04	p<.01 <sup>i</sup>
	Atenção	.29	.11	1.29	p=.20
	Clareza	.59	.21	2.19	p=.03
	Reparação	.44	.18	1.9	p=.06
4 <sup>d</sup>	(Constante)	22.58		3.31	p<.01 <sup>i</sup>
	Atenção	.09	.05	.59	p=.56
	Clareza	.19	.09	.98	p=.33
	Reparação	.34	.19	2.06	p=.04
5 <sup>e</sup>	(Constante)	18.12		4.70	p<.01 <sup>i</sup>
	Atenção	.04	.04	.45	p=.65
	Clareza	.27	.23	2.43	p<.01 <sup>i</sup>
	Reparação	.18	.17	1.92	p=.06
6 <sup>f</sup>	(Constante)	51.78		4.49	p<.01 <sup>i</sup>
	Atenção	.26	.08	.91	p=.36
	Clareza	.29	.09	.89	p=.38
	Reparação	.65	.22	2.35	p=.02
7 <sup>g</sup>	(Constante)	10.58		4.06	p<.01 <sup>i</sup>
	Atenção	.081	.11	1.29	p=.20
	Clareza	-.19	-.25	-2.63	p<.01 <sup>i</sup>
	Reparação	-.14	-.19	-2.18	p=.03
8 <sup>h</sup>	(Constante)	6.09		2.54	p<.01 <sup>i</sup>
	Atenção	.05	.08	.89	p=.38
	Clareza	-.08	-.11	-1.12	p=.26
	Reparação	-.09	-.16	-1.69	p=.09
9 <sup>i</sup>	(Constante)	11.43		3.54	p<.01 <sup>i</sup>
	Atenção	.11	.12	1.37	p=.17
	Clareza	-.05	-.05	-.56	p=.57
	Reparação	-.25	-.29	-3.24	p<.01 <sup>i</sup>

- a. Variável Dependente: Confiança Emocional  
b. Variável Dependente: Fidelidade  
c. Variável Dependente: Confiança Interpessoal  
d. Variável Dependente: Validação Pessoal  
e. Variável Dependente: Comunicação  
f. Variável Dependente: Intimidade Percebida  
g. Variável Dependente: Depressão

- h. Variável Dependente: Ansiedade
- i. Variável Dependente: Stress
- j. Preditores: (Constante): Inteligência Emocional (Atenção, Clareza e Reparação)

**Hipótese 2.3 – A Confiança Interpessoal permite prever a Intimidade Percebida e a Saúde Mental.**

A análise da Confiança Interpessoal como fator preditivo contribuidor para a Intimidade Percebida e para a Saúde Mental, foi calculada tendo em conta o valor da *Confiança* (escala total). Os valores apurados indicam que existe efeito preditivo sobre as escalas que integram a Intimidade Percebida – predizendo: 28% da *Validação Pessoal* ( $R^2=.28$ ,  $p<.01$ ), 35% da *Comunicação* ( $R^2=.35$ ,  $p<.01$ ); e 35% da *Intimidade Percebida* (escala total) ( $R^2=.35$ ,  $p<.01$ ). Observando os modelos relativos às subescalas pertencentes à Saúde Mental, não se constata valores significativos, pelo que *Depressão*  $p=.03$ ; *Ansiedade*  $p=.05$  e *Stress*  $p=.03$  (cf. Tabela 21).

Através da análise dos coeficientes de regressão (cf. Tabela 22), podemos observar que os valores de Beta ( $\beta$ ) indicam um poder preditivo positivo para as variáveis dependentes da I.P., nomeadamente a *Validação Pessoal* ( $\beta=-.53$ ,  $p<.01$ ), a *Comunicação* ( $\beta=.59$ ,  $p<.01$ ) e *Intimidade Percebida* (escala total) ( $\beta=-.59$ ,  $p<.01$ ).

Tabela 21. Resumo das regressões obtidas para cada variável dependente tendo em conta a Confiança Interpessoal como variável independente

Modelo	$R^2$	$R^2$ ajustado	$p$
1 <sup>a</sup>	.28	.27	$p<.01^g$
2 <sup>b</sup>	.35	.34	$p<.01^g$
3 <sup>c</sup>	.35	.35	$p<.01^g$
4 <sup>b</sup>	.03	.02	$p=.03^g$
5 <sup>e</sup>	.02	.01	$p=.05^g$
6 <sup>f</sup>	.03	.02	$p=.03^g$

- a. Variável Dependente: Validação Pessoal
- b. Variável Dependente: Comunicação
- c. Variável Dependente: Intimidade Percebida
- d. Variável Dependente: Depressão
- e. Variável Dependente: Ansiedade
- f. Variável Dependente: Stress
- g. Preditores: (Constante): Confiança Interpessoal (Escala total)

Tabela 22. Coeficientes de regressão obtidos para cada variável dependente tendo em conta a Confiança Interpessoal como variável independente

	Modelo	B	Beta	T	p
1 <sup>a</sup>	(Constante)	12.87		3.24	p<.01 <sup>g</sup>
	Confiança Interpessoal	.37	.53	7.33	p<.01 <sup>g</sup>
2 <sup>b</sup>	(Constante)	13.93		6.23	p<.01 <sup>g</sup>
	Confiança Interpessoal	.24	.59	8.59	p<.01 <sup>g</sup>
3 <sup>c</sup>	(Constante)	40.41		5.15	p<.01 <sup>g</sup>
	Confiança Interpessoal	.85	.59	8.51	p<.01 <sup>g</sup>
4 <sup>d</sup>	(Constante)	6.71		3.62	p<.01 <sup>g</sup>
	Confiança Interpessoal	-.05	-.17	-2.09	p=.03
5 <sup>e</sup>	(Constante)	541		3.29	p<.01 <sup>g</sup>
	Confiança Interpessoal	-.04	-.16	-1.92	p=.05
6 <sup>f</sup>	(Constante)	10.23		4.41	p<.01 <sup>g</sup>
	Confiança Interpessoal	-.06	-.18	-2.19	p=.03

- a. Variável Dependente: Validação Pessoal  
 b. Variável Dependente: Comunicação  
 c. Variável Dependente: Intimidade Percebida  
 d. Variável Dependente: Depressão  
 e. Variável Dependente: Ansiedade  
 f. Variável Dependente: *Stress*  
 g. Preditores: (Constante): Confiança Interpessoal (Escala total)

### 3.3 Análise e comparação de médias

Para viabilizar análises de comparação de médias e a respetiva significância, foram realizados três tipos de teste: (1) teste-t de *student* para amostras independentes – que serviu para verificar as diferenças entre sexos – (2) teste-t de *student* para amostras emparelhadas, que foi levado a cabo utilizando a base de dados correspondente à díade/casal – e que serviu para verificar e comparar médias intracasal, no sentido de apurar a sua semelhança – (3) e a ANOVA-Unifactorial – utilizada para verificar e comparar a média de vários grupos.

***Hipótese 3 – Considerando os sujeitos individuais, existem diferenças estatísticas significativas entre sexos no que concerne aos constructos Inteligência Emocional Percebida, Confiança Interpessoal e Intimidade Percebida.***

Para verificar a existência de diferenças significativas entre sexos, considerámos os sujeitos individualmente e realizou-se o teste-t de *student* para amostras independentes (cf. Tabela 23). Foi possível concluir que os



indivíduos do sexo Feminino ( $M_{\text{fem}}=30.33$ ;  $DP=4.53$ ) têm uma maior e *Atenção às Emoções* (subescala pertencente à Inteligência Emocional) em comparação com indivíduos do sexo Masculino ( $M_{\text{mas}}=27.71$ ;  $DP=5.10$ ), verificando-se uma diferença significativa ( $p<.01$ ;  $t_{(143)} = -3.3$ ). Importa referir ainda a *Validação Pessoal* (subescala constituinte da Intimidade Percebida) como tendo pontuado diferenças significativas entre sexos ( $p<.05$ ;  $t_{(140)} = -2.1$ ), pelo que os Homens tendem a pontuar menos este aspeto ( $M_{\text{mas}}=40.00$ ;  $DP=10.22$ ) em comparação com as Mulheres ( $M_{\text{fem}}=43.24$ ;  $DP = 7.41$ ).

Não se verificaram diferenças estatisticamente significativas entre sexos para as restantes variáveis, nomeadamente para: a *Clareza de Emoções* ( $p=.36$ ), a *Reparação do Estado Emocional* ( $p=.14$ ), a *Confiança Emocional* ( $p=.52$ ), a *Fidelidade* ( $p=.56$ ), a *Confiança* (escala total) ( $p=.42$ ), a *Comunicação* ( $p=.58$ ), e *Intimidade* escala total, ( $p=.13$ ).

Tabela 23. Comparação de médias (teste-t de *student* para amostras independentes) para os sexos Masculino e Feminino relativamente às respetivas pontuações nos constructos Inteligência Emocional Percebida, Confiança Interpessoais e Intimidade Percebida

	Sexo	Média	DP	P	T
<sup>1</sup> I.E.P. – Atenção	<sup>3</sup> M	27.71	5.10	.00	$t(143) = -3.3$
	<sup>4</sup> F	30.33	4.53		
IEP – Clareza	M	30.33	4.64	.36	$t(134) = .92$
	F	29.59	4.58		
I.E.P. – Reparação	M	31.51	5.10	.14	$t(144) = 1,5$
	F	30.23	5.17		
Confiança Emocional	M	45.66	8.31	.52	$t(141) = .64$
	F	44.76	8.53		
Fidelidade	M	32.79	4.85	.56	$t(143) = .58$
	F	32.26	5.98		
Confiança Total	M	78.65	12.22	.42	$t(143) = -3.28$
	F	76.91	13.73		
<sup>2</sup> I.P. - Validação	M	40.00	10.22	.03	$t(140) = -2.1$
	F	43.24	7.41		
I.P. - Comunicação	M	32.61	5.51	.58	$t(139) = -.56$
	F	33.10	5.06		
I.P. – Total	M	103.85	19.97	.13	$t(132) = 1.5$
	F	108.67	16.75		

1. Inteligência Emocional Percebida

2. Intimidade Percebida

3. Masculino

4. Feminino

**Hipótese 4 – Considerando o casal, existem semelhanças intracasal relativamente às médias pontuadas por ambos membros de um mesmo casal no que concerne aos constructos *Inteligência Emocional Percebida*, *Confiança Interpessoal* e *Intimidade Percebida*.**

Para verificar a hipótese de que membros de um mesmo casal

pontuariam de modo semelhante nos constructos em análise, procedeu-se à realização de um teste-t de *student* para amostras emparelhadas, utilizando o conjunto de dados referente à díade. Verificaram-se semelhanças ao nível da *Clareza de Emoções*, *Reparação do Estado Emocional*, *Comunicação*, *Confiança Emocional*, *Fidelidade* e *Confiança* (escala total) (cf. Tabela 24).

Denotam-se, no entanto, diferenças significativas intracasal no que diz respeito à *Atenção às Emoções* ( $p < .01$ ;  $t_{(71)} = -3.68$ ), sendo que os Homens tendem a pontuar menos em comparação com as Mulheres ( $M_{mas} = 27.71$ ;  $DP = 5.08$  vs.  $M_{fem} = 30.33$ ;  $DP = 4.56$ ). O mesmo acontece para a *Validação Pessoal* ( $p < .01$ ;  $t_{(68)} = -2.91$ ) e para a *Intimidade* (escala total) ( $p < .01$ ;  $t_{(61)} = 3.15$ ), pelo que os Homens ( $M_{mas} = 40.42$ ,  $DP = 10.17$ ;  $M_{mas} = 86.42$ ,  $DP = 16.75$ , respetivamente) tendem, uma vez mais, a ter pontuações mais baixas comparativamente às Mulheres ( $M_{fem} = 43.28$ ,  $DP = 7.46$ ;  $M_{fem} = 91.27$ ,  $DP = 13.19$ , respetivamente).

Tabela 24. Comparação de emparelhadas) intracasal relativamente às respetivas pontuações nos constructos Inteligência Emocional Percebida, Confiança Interpessoal e Intimidade Percebida

				Diferenças Emparelhadas			
		Média	DP	M	DP	P	T
Par 1	<sup>1</sup> M - Atenção	27.71	5.08	-2.63	6.06	.00	$t_{(71)} = -3.68$
	<sup>2</sup> F - Atenção	30.33	4.56				
Par 2	M - Clareza	30.48	4.63	.69	6.01	.36	$t_{(64)} = .93$
	F - Clareza	29.78	4.62				
Par 3	M - Reparação	31.51	5.09	1.27	5.91	.07	$t_{(72)} = 1.84$
	F - Reparação	30.23	5.17				
Par 4	M - Validação	40.42	10.17	-2.86	8.14	.01	$t_{(68)} = 2.91$
	F - Validação	43.28	7.46				
Par 5	M - Comunicação	32.53	5.61	-.84	4.65	.14	$t_{(67)} = 1.49$
	F - Comunicação	33.37	4.85				
Par 6	M - Intimidade (escala total)	86.42	16.75	-4.86	12.15	.00	$t_{(61)} = 3.15$
	F - Intimidade (escala total)	91.27	13.19				
Par 7	M - Confiança Emocional	45.94	8.17	1.19	9.12	.28	$t_{(69)} = 1.09$
	F - Confiança Emocional	44.76	8.53				
Par 8	M - Fidelidade	32.79	4.85	.36	7.59	.69	$t_{(71)} = .40$
	F - Fidelidade	32.43	5.84				
Par 9	M - Confiança (escala total)	78.88	12.23	1.52	15.86	.43	$t_{(68)} = .78$
	F - Confiança (escala total)	77.36	13.31				

1. Masculino

2. Feminino

**Hipótese 5 – Considerando o Tempo de Duração de Relacionamento e Considerando, existem diferenças significativas relativamente aos constructos *Confiança Interpessoal* e *Intimidade Percebida*.**

Foi realizada uma análise de variância no sentido de aprofundar o impacto do Tempo de Duração de Relacionamento (T.D.R.) nos níveis de *Intimidade Percebida* e *Confiança Interpessoal*. Os indivíduos foram divididos em quatro grupos consoante o T.D.R. disponibilizado: (1) indivíduos que mantenham um relacionamento desde os 6 meses até aos 3 anos (6M-3A); (2) indivíduos cuja duração de relacionamento se situe entre os 4 e os 7 anos (4A-7A); (3) sujeitos que mantenham uma relação com duração entre os 8 e os 19 anos (8A-9A) e, finalmente, (4) relações com duração superior a 20 anos (20+). Os resultados revelam que existe uma diferença significativa para os quatro grupos referentes ao T.D.R., nomeadamente a *Confiança Emocional* ( $f_{(139)}=9.518$ ;  $p=.00$ ); a *Fidelidade* ( $f_{(141)}=3.61$ ;  $p=.01$ ); a *Confiança* (escala total) ( $f_{(138)}=7.574$ ;  $p=.01$ ); a *Validação Pessoal* ( $f_{(138)}=5.330$ ;  $p=.00$ ); *Comunicação* ( $f_{(137)}=5.583$ ;  $p=.02$ ) e *Intimidade* (escala total) ( $f_{(131)}=5.813$ ;  $p=.00$ ) (cf. Tabela 25).

Comparações *Post-hoc* utilizando o teste de Tukey HSD (cf. Tabela 25.1) indicam que, tendo em conta a *Confiança Emocional*, o grupo 6M-3A (1) foi significativamente diferente do grupo 20+ (4) ( $DM^{19}=16.43$ ,  $EP=4.31$ ), similarmente os grupos: 4A-7A (2) e 8A-19A (3), apresentam diferenças significativas do grupo 4 ( $DM=22.99$   $EP=4.61$ ,  $DM=18.66$   $EP=5.32$ , respetivamente). Considerando a *Fidelidade*, denotam-se diferenças entre o grupo 4 e os grupos 2 ( $DM=-7.75$ ,  $EP=2.65$ ) e 3 ( $DM=-25.66$ ,  $EP=4.61$ ). Na variável correspondente à *Confiança* (escala total), observam-se, uma vez mais diferenças entre o grupo 4 e os restantes grupos relativos ao T.D.R., nomeadamente o grupo 1 (6M-3A) ( $DM=-20.96$ ,  $EP=6.54$ ); o grupo 2 (4A-7A) ( $DM=-31.41$ ,  $EP=6.96$ ) e o grupo 3 (8A-19A) ( $DM=-25.66$ ,  $EP=7.79$ ).

Relativamente às três variáveis dependentes correspondentes ao constructo *Intimidade Percebida* é de notar: a) que relativamente à *Validação Pessoal* apresentam-se diferenças significativas entre o grupo 4 (20+) e o grupo 2 (4A-7A) ( $DM=-17.50$ ,  $EP=5.79$ ); b) no que diz respeito à *Comunicação*, denotam-se diferenças significativas entre o grupo 2 e o grupo 4 ( $DM=9.72$ ,  $EP=3.63$ ) e c) que considerando a *Intimidade* (escala total), observa-se que existem diferenças significativas entre o grupo 4 e o grupo 2 ( $DM=-34.19$ ,  $EP=10.88$ ).

---

<sup>19</sup> Diferença Média

Tabela 25. Comparação de médias (ANOVA Unifactorial) tendo em conta o Tempo de Duração do relacionamento e os constructos da Inteligência Emocional Percebida e Intimidade Percebida

	Tempo de		M	DP	P	F
	Relacionamento					
Confiança Emocional	6M-3A		45.79	7.85	.00	f(139) =9.518
	4A-7A		48.31	5.74		
	8A-19A		46.21	6.24		
	20+		37.88	10.99		
Fidelidade	6M-3A		32.23	5.56	.01	f(141) =3.611
	4A-7A		34.13	2.28		
	8A-19A		33.33	3.61		
	20+		29.84	8.53		
Confiança Interpessoal	6M-3A		78.02	12.48	.00	f(138) =7.574
	4A-7A		82.46	7.10		
	8A-19A		79.54	9.01		
Validação Pessoal	6M-3A		67.52	19.09	.00	f(138) =5.330
	4A-7A		42.86	6.71		
	8A-19A		43.97	9.03		
	20+		40.83	9.78		
Comunicação	6M-3A		35.54	10.84	.02	f(137) =5.583
	4A-7A		33.73	4.85		
	8A-19A		33.75	4.30		
	20+		33.00	4.91		
Intimidade Total	6M-3A		28.86	6.65	.00	f(131) =5.813
	4A-7A		89.32	11.35		
	8A-19A		92.63	14.63		
	8A-19A		88.70	15.57	.00	f(131) =5.813
	20+		76.71	18.71		

Tabela 25.1. Comparações *Post-hoc* utilizando o teste de Tukey HSD

	<sup>1</sup> (I)	<sup>2</sup> (J)	Diferença M		
			(I-J)	EP	P
Confiança Emocional	6M-3A	4A-7A	-6.56	3.59	.27
		8A-19A	-2.23	4.46	.96
		20A+	16.43 <sup>*</sup>	4.31	.00
	4A-7A <sup>a</sup>	6M-3A	6.56	3.59	.27
		8A-19A	4.33	4.76	.79
		20A+	22.99 <sup>*</sup>	4.61	.00
	8A-19A	6M-3A	2.23	4.46	.96
		4A-7A	-4.33	4.76	.79
		20A+	18.66 <sup>*</sup>	5.32	.00
	20A+	6M-3A	-16.43 <sup>†</sup>	4.31	.00
		4A-7A	-22.99 <sup>†</sup>	4.61	.00
		8A-19A	-18.66 <sup>*</sup>	5.32	.00
	6M-3A	4A-7A	-3.66	2.11	.31

		8A-19A	-1.96	2.57	.87
		20A+	4.09	2.49	.36
	4A-7ª	6M-3A	3.66	2.11	.31
Fidelidade		8A-19A	1.71	2.73	.92
		20A+	7.75 <sup>*</sup>	2.65	.02
	8A-19A	6M-3A	1.96	2.57	.87
		4A-7A	-1.71	2.73	.92
		20A+	6.05	3.03	.20
	20A+	6M-3A	-4.09	2.49	.36
		4A-7A	-7.75 <sup>*</sup>	2.65	.02
		8A-19A	-25.66 <sup>*</sup>	7.79	.01
	6M-3A	4A-7A	-10,45	5,26	.20
		8A-19A	-4,71	6,31	.88
		20A+	20,96 <sup>*</sup>	6,54	.01
	4A-7ª	6M-3A	10,45	5,26	.20
		8A-19A	5,74	6,75	.83
Confiança		20A+	31,41 <sup>*</sup>	6,96	.00
(escala total)	8A-19A	6M-3A	4,71	6,31	.88
		4A-7A	-5,74	6,75	.83
		20A+	25,66 <sup>*</sup>	7,79	.01
	20A+	6M-3A	-20,96 <sup>*</sup>	6,54	.01
		4A-7A	-31,41 <sup>*</sup>	6,96	.00
		8A-19A	-25,66 <sup>*</sup>	7,79	.01
	6M-3A	4A-7A	-3.71	4.54	.85
		8A-19A	2.13	5.77	.98
		20A +	13.79	5.36	.06
Validação	4A-7ª	6M-3A	3.71	4.54	.85
Pessoal		8A-19A	5.83	6.18	.78
		20A+	17.50 <sup>*</sup>	5.79	.02
	8A-19A	6M-3A	-2.13	5.77	.98
		4A-7A	-5.83	6.18	.78
		20A+	11.67	6.80	.32
	20A+	6M-3A	-13.79	5.36	.06
		4A-7A	-17.50 <sup>*</sup>	5.79	.02
		8A-19A	-11.67	6.80	.32
	6M-3A	4A-7A	-.75	2.65	.99
		8A-19A	-.71	3.22	.99
		20A+	8.97	3.46	.06
	4A-7ª	6M-3A	.75	2.65	.99
		8A-19A	.05	3.39	1.00
		20A+	9.72 <sup>*</sup>	3.63	.05
Comunicação	8A-19A	6M-3A	.71	3.22	.99
		4A-7A	-.05	3.39	1.00
		20A+	9.67	4.06	.09
	20A+	6M-3A	-8.97	3.46	.06
		4A-7A	-.75	2.65	.99
		8A-19A	-.71	3.22	.99

	6M-3A	4A-7A	-10.06	7.73	.57
		8A-19A	-5.24	9.55	.95
		20A+	24.13	10.39	.10
Intimidade	4A-7 <sup>a</sup>	6M-3A	10.06	7.73	.56
(escala total)		8A-19A	4.82	10.08	.96
		20A+	34.19 <sup>*</sup>	10.88	.01
	8A-19A	6M-3A	5.24	9.55	.95
		4A-7A	-4.82	10.08	.96
		20A+	29.38	12.24	.09
	20A+	6M-3A	-24.13	10.39	.10
		4A-7A	-34.19 <sup>†</sup>	10.88	.01
		8A-19A	-29.36	12.24	.09

<sup>1</sup> Tempo de Duração do Relacionamento Amoroso

<sup>2</sup> Tempo de Duração do Relacionamento Amoroso

\*. A diferença média (Diferença M) é significativa no nível .05

**Hipótese 6 – Considerando o Estatuto Marital, existem diferenças significativas relativamente aos constructos *Confiança Interpessoal e Intimidade Percebida*.**

Para perceber o impacto do estatuto marital nos níveis de Intimidade Percebida e Confiança Interpessoal, foi realizada uma análise de variância, concretamente, uma ANOVA-Unifactorial. Os indivíduos foram divididos em três grupos consoante o Estatuto Marital disponibilizado: (1) Casado(a) (2) União Consensual/Coabitação e (3) Namoro. Os resultados não denunciam diferenças significativas entre grupos (cf. Tabela 26), e, por este motivo, não foram realizadas comparações *Post-hoc*.

Tabela 26. Comparação de médias (ANOVA Unifactorial) tendo em conta o Estatuto Marital e os constructos I.E.P. e I.P.

	Estatuto Marital	M	DP	P	F
Confiança	Casado(a)	43.30	9.75		$f_{(140)} = 1.741$
Emocional	União consensual	46.44	7.46	.18	
	Namoro	45.83	7.79		
Fidelidade	Casado(a)	32.33	5.79		$f_{(142)} = .134$
	União consensual	32.90	5.14	.88	
	Namoro	32.42	5.42		
Confiança Total	Casado(a)	75.77	14.67		$f_{(139)} = .835$
	União consensual	79.33	12.10	.44	
	Namoro	78.25	12.24		
Validação	Casado(a)	39.21	10.61		$f_{(139)} = 2.631$
Pessoal	União consensual	41.59	9.99	.08	
	Namoro	43.32	6.69		
Comunicação	Casado(a)	31.60	6.30		$f_{(137)} = 1.871$
	União consensual	33.03	4.76	.16	
	Namoro	33.63	4.71		
Intimidade Total	Casado(a)	84.95	18.04		$f_{(132)} = 1.333$
	União consensual	89.16	16.51	.27	
	Namoro	89.81	11.31		

## V - Discussão

O presente estudo teve como objetivos: (a) a análise e explanação das relações entre os constructos de Inteligência Emocional Percebida (I.E.P.), de Intimidade Percebida (I.P.) na relação amorosa, de Confiança Interpessoal (C.I.) no par amoroso e de Saúde Mental (S.M); (b) a clarificação dessas relações através da exploração do efeito preditivo da *Idade*, da *Inteligência Emocional Percebida*, e da *Confiança Interpessoal* na relação com algumas variáveis em estudo e a (c) análise de médias referentes ao *Sexo*, *Tempo de Duração de Relacionamento* e *Estatuto Marital* tendo em conta os quatro constructos em análise, no sentido de identificar semelhanças ou diferenças significativas quer ao nível individual, como ao nível intracasal.

Os resultados apresentados no capítulo anterior tiveram como base uma amostra caracterizada por 73 casais heterossexuais, 146 sujeitos, que mantinham um relacionamento há, pelo menos, 6 meses e que tinham idades compreendidas entre os 19 e os 62 anos.

A análise da consistência interna (*Alpha de Cronbach*) denunciou fiabilidades boas e moderadas, com a exceção do resultado referente à subescala *Abertura à Experiência* ( $\alpha=.10$ ) pertencente à escala Intimidade Percebida que, por este motivo, não constou nas análises procedentes. A análise da consistência interna na aferição para a população portuguesa, também obteve resultados inferiores relativamente às restantes subescalas de I.P., apesar de, ainda assim, terem sido razoáveis. Os autores apontam o menor número de itens como possível motivo para essa observação (Moreira, Amaral e Canavarro, 2009).

A Hipótese 1 foi dividida em 6 partes, pelo que se realizaram análises do mesmo tipo, através do cálculo do coeficiente de *Pearson*, no sentido de viabilizar a observação de correlações entre os quatro constructos em estudo.

De acordo com estudos anteriores (Lopes et al., 2003; Brackett et al. 2004, citado em Brackett, Warner e Bosco, 2005), valores individuais da Inteligência Emocional (I.E.) estariam positivamente relacionados com medidas de resultado favoráveis à relação amorosa e negativamente correlacionadas com resultados desfavoráveis, pelo que Brackett et al. (2004) havia verificado que comportamentos negativos em relações estariam associados a uma menor pontuação de I.E. (citado em Brackett, Warner e Bosco, 2005). Assim, inculcou-se a Hipótese 1.1<sup>20</sup>, que obteve resultados que confirmam a existência de correlações positivas, baixas e moderadas, entre subescalas de ambos constructos<sup>21</sup>. Todavia, nenhum dos constructos pertencentes à escala de Intimidade Percebida (I.P.) obteve correlações significativas com a subescala *Atenção às Emoções*, apesar de se observarem

<sup>20</sup> O constructo *Inteligência Emocional Percebida* tem relação de associação com o constructo *Intimidade Percebida na Relação*

<sup>21</sup> Concretamente, a *Validação Pessoal* obteve uma correlação baixa com a *Clareza de Emoções* e com a *Reparação do Estado Emocional*; a *Comunicação* obteve uma correlação moderada com a *Clareza de Emoções* e baixa com a *Reparação do Estado Emocional*; a escala total de *Intimidade*, por sua vez, obteve correlações baixas com ambas *Clareza de Emoções* e com a *Reparação do Estado Emocional*

números positivos. Estes resultados levam-nos a inferir a possibilidade de que quanto maior é a *Clareza de Emoções* e a *Reparação do Estado Emocional*, maior serão os níveis de I.P.; e que o grau em que as pessoas acreditam prestar atenção aos seus sentimentos – *Atenção às Emoções* – (Queirós et al., 2015), não se correlaciona com nenhum fator da intimidade percebida.

Relacionando a observação anterior (H1.1) com resultado do estudo de regressão realizado (H2.2<sup>22</sup>), denota-se que, efetivamente, *Atenção às Emoções*, em particular, não assume influência na I.P. Porém a I.E.P apresenta efeito preditivo significativo ( $p < .01$ ) relativamente à *Intimidade* (escala total) (9%) e à *Comunicação* (12%), sendo que a análise mais detalhada dos coeficientes de regressão denunciam significância preditiva apenas entre o grau em que o sujeito perceber as próprias emoções; – *Clareza de Emoções* – (Queirós et al., 2015) e o nível de capacidade e possibilidade de expressão de opiniões, sentimentos e desejos na relação (*Comunicação*, Moreira, Amaral e Canavarro, 2009). Os resultados do estudo das hipóteses supracitadas (H1.1 e H2.2 relativamente à I.P.) ficaram aquém do esperado, tendo em conta estudos anteriores, no entanto Brackett, Warner e Bosco (2005) obtiveram resultados semelhantes ao estudarem o efeito da I.E. na satisfação da relação amorosa em díades (casais), isto é, confirmaram-se relações entre I.E. e Intimidade, porém, obtiveram resultados com falta de significâncias. Estudos futuros seriam necessários para afirmar e compreender melhor a relação entre estes constructos.

Por outro lado, de acordo com a Hipótese 1.4<sup>23</sup> a Intimidade Percebida encontra-se alta e moderadamente correlacionada com a Confiança Interpessoal (C.I.). Tendo em conta a consideração e a confirmação da C.I. como fator de elevada importância na manutenção de relações próximas (ex.: Remple, Holmes e Zanna, 1985; Driscoll, Davis e Lipetz, 1972; Dion e Dion, 1976; Larzelere e Houston, 1980) e reconhecida como um componente da Intimidade (Moreira, Amaral e Canavarro, 2009) esta hipótese não poderia deixar de constar na presente investigação. Concretamente, observaram-se coeficientes de correlação altos e moderados em todos os níveis de ambos constructos. A *Validação Pessoal*, a *Comunicação* e a *Intimidade* (escala total) apresenta valores altos e positivos com *Confiança Emocional* e com a *Confiança* (escala total). A *Fidelidade* apresenta, também, correlações positivas com os três níveis da I.P., ainda que de modo moderado. Estes resultados levam-nos a afirmar que existe a possibilidade de que a percepção de sentimentos de validação de opiniões e sentimentos de aceitação (*Validação Pessoal*); a capacidade de expressão de opiniões, sentimentos e desejos na relação (*Comunicação*) relacionam-se positivamente com a confiança de que o par amoroso não causará danos emocionais (*Confiança Emocional*) e fará por cumprir com a sua palavra e promessa (*Fidelidade*). O índice de *Intimidade* (escala total) é composto, não

---

<sup>22</sup>A *Inteligência Emocional Percebida* permite prever a *Confiança Interpessoal*, a *Intimidade Percebida* e a *Saúde Mental*

<sup>23</sup> O constructo *Confiança Interpessoal* tem relação de associação com o constructo *Intimidade Percebida*



só pelos dois fatores supracitados, como ainda, pela *Abertura à Experiência* e, havendo correlação, existe a possibilidade deste fator, em conjunto com os restantes constituintes, relacionar-se com níveis de confiança interpessoal. Seria pertinente realizar estudos futuros com a inclusão da subescala de *Abertura à Experiência*. Conclui-se que esta hipótese é corroborada, na medida em que todos os coeficientes resultantes se classificam como altos e moderados.

Juntamente a estes valores supramencionados, observa-se o valor preditivo da Confiança Interpessoal na H2.3<sup>24</sup> (relativamente à I.P.) - que foi colocada de acordo com estudos que apontam a confiança como um componente crucial, pelo que permite ao sujeito sentir-se seguro para revelar assuntos pessoais (Reis e Shaver, 1988; Reis e Patrick, 1996; Moreira, Amaral e Canavarro, 2009) – confirmando-se que a C.I. é capaz de exercer um, considerável, poder preditivo sobre a Intimidade Percebida, explicando 28% da *Validação Pessoal*; 35% da *Comunicação* e 35% da *Intimidade Percebida* (escala total). Estes resultados vêm corroborar a literatura acerca da relação necessária entre estes dois aspetos e constructos.

Reconhecendo a importância, afirmada por vários autores, da experiência de intimidade como contribuidor para o desenvolvimento e ajustamento da saúde mental (Erikson, 1959), e, ademais, a deterioração da última face à falha ou falta da primeira (Maslow, 1943), inculcou-se a H1.6<sup>25</sup>. Verificou-se que apesar dos coeficientes apurados serem moderados, existem correlações significativas negativas entre os três níveis de Intimidade Percebida em relação com a *Depressão* e o *Stress*; a *Ansiedade* apresenta resultados significativos com a *Validação Pessoal* e com a *Intimidade* (escala total). Estes valores levam-nos a assumir a possibilidade da que quanto menor é a Intimidade Percebida, acrescerão sintomas de depressão, ansiedade ou *stress*. Estes resultados parecem contribuir para a confirmação dos postulados teóricos, concernentes à necessidade de estabelecer relações de intimidade, estarem corretos.

A observação da relação entre a I.E.P. e a C.I., correspondente à H1.2<sup>26</sup>, indica a subsistência de correlações baixas e moderadas para alguns níveis. Verificam-se correlações positivas com alguma significância ( $p < .05$ ), baixas e moderadas, entre os três níveis de I.E.P. (*Atenção às Emoções*, *Clareza de Emoções* e *Reparação do Estado Emocional*) com a *Fidelidade* e a *Confiança* (escala total). Ao contrário das restantes subescalas de I.E.P., a *Atenção às Emoções* não apresentou correlação significativa com a *Confiança Emocional*. Um estudo realizado anteriormente, tendo como alvo da C.I. o *Melhor Amigo* (ao invés de o *Par Amoroso* na presente investigação) e a I.E.P. (TMMS24) revelou apenas correlações significativas entre a *Confiança Emocional* e a *Atenção às Emoções*, contradizendo, portanto o achado da exploração desta hipótese (Mendes, 2016). Poder-se-á

<sup>24</sup> A *Confiança Interpessoal* permite prever a *Intimidade Percebida* e a *Saúde Mental*

<sup>25</sup> O constructo *Intimidade Percebida* tem relação de associação com o constructo *Saúde Mental*

<sup>26</sup> O constructo *Inteligência Emocional Percebida* tem relação de associação com o constructo *Confiança Interpessoal*

inferir que, aquando da mudança de alvo da C.I., o grau em que as pessoas acreditam prestar atenção às próprias emoções (*Atenção às Emoções*, Queirós et al., 2015) não apresenta concordância com o grau em os sujeitos assumem que outrem não causará danos emocionais (*Confiança Emocional*, Rotenberg, 2010). Esta última inferência assume-se como um palpite, na medida em que observando a escala total da C.I. verificam-se correlações com todos os níveis de I.E.P.

Para, ora, clarificar a relação anterior (H1.2) olhemos para os resultados da H2.2, que nos dizem que a I.E.P. se assume com força preditiva para explicar 13% da *Confiança Emocional*, 10% da *Fidelidade* 13% *Confiança* (escala total), no entanto, a exploração mais próxima dos coeficientes de correlação, através da análise do *Beta* ( $\beta$ ) não indicam valores significativos para nenhuma concomitância. Os resultados de ambas hipóteses supracitadas não nos permitem esclarecer, ultimamente, a relação, e a sua natureza, entre estes dois constructos. Sabendo que a C.I. tem um papel preponderante nas relações interpessoais (Rotenberg, 2010) e que nas relações com os outros, presume-se que haja aptidão para gerir emoções (Goleman, 2010). Seria pertinente continuar a explorar, no futuro, esta relação no sentido de a confirmar através de maior evidência científica.

As capacidades e recursos psíquicos são essenciais para enfrentar as vicissitudes da vida, assim, para que os indivíduos compreendam as emoções de modo a organizar o pensamento, deve assistir-lhes a Saúde Mental (Queirós, 2014), daqui inculca-se a H1.3<sup>27</sup>. Os resultados revelaram poucas correlações significativas ( $p < .01$ ;  $p < .05$ ). A *Clareza de Emoções* apresenta um coeficiente baixo de correlação negativa, apenas com a *Depressão*; a *Reparação do Estado Emocional* correlaciona-se moderada e negativamente com o *Stress*, e baixa e negativamente com *Depressão* e *Ansiedade*. Sendo justificado afirmar a possibilidade de se experienciarem menos sintomas de depressivos aquando de (1) um aumento da capacidade da crença de que os sujeitos são capazes de compreender as próprias emoções (*Clareza Emocional*, Queirós, et al. 2015), e menos *stress*, *ansiedade* ou *depressão* se existir (2) maior aptidão na crença de que os sujeitos são capazes de interromper estados emocionais negativos e prolongar os positivos (*Reparação do Estado Emocional*, Queirós, et al. 2015). É de notar, ainda, que a *Atenção às Emoções* não apresentou coeficientes de correlação significativos, no entanto, os valores são positivos – ao contrário das restantes subescalas da I.E.P. – o que poderá indiciar que à medida que a *Atenção às Emoções* aumenta, sintomas de *stress*, depressivos ou ansiosos podem crescer? A observação do poder preditivo da I.E.P. na Saúde Mental, realizado à luz da H2.2, revela que a primeira é capaz de predizer 11% de *Depressão* e de *Stress*. Indica, ademais, a inexistência de força preditiva por parte a *Atenção às Emoções*, que vai encontrar acordo com os valores observados da H1.3, porém, um olhar mais detalhado aos valores de *Beta* ( $\beta$ ) indicam que, uma vez mais, apenas a *Reparação do Estado Emocional* tem efeito significativo nos sintomas de *Stress* e *Ansiedade*. Estes

<sup>27</sup> O constructo *Inteligência Emocional Percebida* tem relação de associação com o constructo *Saúde Mental*

resultados contradizem um estudo anterior que, ao analisar o poder preditivo da I.E.P. concluiu que a mesma era capaz de exercer em todos os níveis da Saúde Mental e dos sintomas negativos que a EADS apresenta (Mendes, 2016). Seria, portanto, pertinente continuar a explorar e investigar a relação entre ambos constructos.

Mantendo, ainda, o foco na discussão da H2.2, torna-se necessário concluir que a I.E.P. se assume como fator com poder preditivo para quase todas os fatores pertencentes aos constructos deste estudo. No entanto, a observação dos coeficientes e das suas significâncias levam-nos a colocar a hipótese de que as subescalas da I.E.P. não têm, isoladamente, força preditiva em algumas variáveis (com certas exceções, mencionadas anteriormente) e, conseqüentemente, surge uma hipótese interpretativa, que poderá justificar esta observação, que passa pela assunção de que a força preditiva é mais significativa quando combinados os três fatores, i.e., juntando as três subescalas que dão origem ao modelo da I.E.P. Seria, futuramente, necessário estudar este constructo, enquanto preditor, através de uma análise estatística mais fina, no sentido de corroborar esta possível interpretação.

A Confiança Interpessoal é vista na Psicologia como um dos vários aspetos do funcionamento social que afeta a Saúde Física e Mental dos indivíduos (Minas, 2014). Assim, propôs a H1.5<sup>28</sup> que foi parcialmente corroborada, na medida em apenas a *Confiança Emocional* e a *Confiança* (escala total) apresenta coeficientes significativos ( $p < .01$ ;  $p < .05$ ) baixos e negativos com a *Ansiedade*, *Depressão* e *Stress*. A *Fidelidade* não se correlacionou com nenhum dos fatores da S.M. A ideia de que o parceiro amoroso cumprirá a sua promessa/palavra (*Fidelidade*, Rotenberg, 2010) não parece relacionar-se com sintomas negativos da Saúde Mental. Acrescentando-se, por outro lado, que existe uma possibilidade destes constructos apresentarem simbiose, parecendo que (1) havendo um acréscimo de confiança emocional haja menos propensão para experienciar sintomas de ansiedade, Stress ou depressão e que (2) a presença confiança (escala total), parece precaver sintomas de *stress* e sintomas *depressivos*. A explanação do poder preditivo da C.I. decorrente da H2.3 revela que o mesmo é inexistente, i.e., apesar de se terem observados resultados  $p < .05$ , os mesmos não se podem considerar significantes para confirmar a hipótese de que a Confiança Interpessoal exerce poder preditivo sobre a Saúde Mental. No entanto, o estudo levado a cabo por Mendes (2016) revela que ambos: C.I. e S.M. apresentam coeficientes de regressão significativos e capazes de prever a existência um do outro. Assim, seria pertinente, em estudos futuros, explorar a relação entre S.M. na C.I, pelo que, tendo sido observados coeficientes significativos de correlação na presente investigação, ainda que baixos, fica por averiguar a natureza dessa mesma correlação.

A Inteligência Emocional desenvolve-se através da aprendizagem e da experiência quotidiana (Mayer e Salovey, 1997) Ademais, de acordo com

---

<sup>28</sup> *O constructo Confiança Interpessoal tem relação de associação com o constructo Saúde Mental*

Guerreiro (2013), existem estudos que têm vindo a corroborar que as experiências relacionais que os indivíduos vão desenvolvendo ao longo da vida, moldam os índices da I.E. Do mesmo modo, a Intimidade é definida, em parte, como um processo que resulta da experiência interpessoal e que contém, dentre outros, o componente referente à natureza temporal da relação; que se desenvolve ao longo do tempo à medida que os parceiros desenvolvem maneiras positivas de estar na relação (de aprendizagem, comunicação, gestão de conflitos) (Reis e Shaver, 1988; Kouneski e Olson, 2004). De acordo com esta informação, construiu-se a H2.1<sup>29</sup>, no sentido de verificar as teorias e modelos supracitados. Apurou-se que (1) a Idade não exerce poder preditivo sobre a I.E.P. o que, apesar de não confirmar alguns estudos e teorias, é congruente com o estudo de Mendes (2016) que, do mesmo modo, não confirmou que a pertença a uma determinada faixa etária se assume como meio de prognóstico dos níveis de I.E.P. Por outro lado, verifica-se que (2) existe efeito preditivo da Idade em relação à Intimidade Percebida (que se demonstra capaz de explicar 11% da *Validação Pessoal*, 9% da *Comunicação* e 10% da *Intimidade* (escala total)). Uma análise mais aprofundada dos coeficientes demonstram que a significância é negativa de acordo com os valores de Beta ( $\beta$ ), ou seja, poderá supor-se que à medida que a Idade aumenta, a experiência de I.P. diminui.

Será pertinente trazer à discussão, neste momento, os resultados observados na H5<sup>30</sup>, onde se verificaram diferenças estatisticamente significativas tendo em conta o Tempo de Duração do Relacionamento (T.D.R.) – variável independente – e a I.P. e a C.I. – variáveis independentes. A pertinência prende-se com o facto de se poder assumir que existe a possibilidade da Idade e o T.D.R. acrescerem concomitantemente, coadjuvando o facto dos resultados da H5 irem de encontro aos observados na H2.1. Concretamente, as médias referentes ao T.D.R. apresentam diferenças entre grupos para todas as subescalas da I.P. Um exame mais detalhado da variância destas diferenças revelou que, de um modo geral, o grupo correspondente aos sujeitos em relações com duração superior a 20 anos (grupo 4) difere, em todos os níveis da I.P., do grupo 2 (correspondente a sujeitos que mantêm uma relação com duração compreendida entre os 4 e os 7 anos). Estes parecem indicar que o T.D.R. quão maior, menor será a intimidade. No entanto, casais com relacionamentos com uma duração compreendida entre os 4 e os 7 anos, parecem pontuar mais, ainda que de um modo não significativo, que os restantes grupos relativamente à Intimidade. Isto implica uma aceitação parcial daquilo que tem sido publicado relativamente à Intimidade como algo que se constrói ao longo do tempo, através de interações sucessivas e bem-sucedidas, porém, estes resultados indicam a possibilidade da experiência de intimidade decair consoante o prolongamento da duração da relação. Esta problemática foi observada no

---

<sup>29</sup> *A Idade permite prever a Intimidade Percebida e a Inteligência Emocional Percebida em relação a algumas variáveis em análise*

<sup>30</sup> *Considerando o Tempo de Duração de Relacionamento e Considerando, existem diferenças significativas relativamente aos constructos Confiança Interpessoal e Intimidade Percebida*

estudo de Moreira, Amaral e Canavaro (2009), pelo que as dimensões da I.P. sofriam um decréscimo face a relações mais duradouras, ou seja, “ao longo do tempo, os casais parecem evidenciar uma menor proximidade emocional, partilha de interesses e atividades, e um menor sentimento de aceitação e validação das suas opiniões, sentimentos e atitudes”. Fazendo referência, ainda, à H5, passa-se à exploração da relação entre o T.D.R. e a C.I. que obteve, igualmente, diferenças significativas entre todos os grupos. Em concreto, uma vez mais, o grupo 4 é o que se destaca, apresentando diferenças entre todos os grupos quanto à *Confiança Emocional* e à *Confiança* (escala total), e diferindo dos grupos 2 (4 a 7 anos) e 3 (8 a 19 anos) quanto à *Fidelidade*. Estes resultados confirmam estudos anteriores que ditam que a confiança diminui consoante a o passar do tempo (Rousseau, Sitkin e Camerer, 1980; Dias, 2016; Mendes, 2016), e diferem de outros onde se observou que os níveis de confiança aumentam com a idade (Sutter e Kocher, 2006). Fazendo uma análise final à H5 e à H2.1, é importante referir que se sabe que a Idade acresce consoante a duração de um relacionamento, e que, por isso, não temos informação suficiente para afirmar qual das duas variáveis se assume como a preponderantemente responsável por estes resultados. No entanto, assumindo a reciprocidade e a natureza transacional de ambos constructos, urge a inclinação para sugerir que os mesmos serão indissociáveis das relações que os sujeitos mantêm.

Sem querer assumir que o T.D.R. encontra paralelismo com o Estatuto Marital, colocou-se a H6<sup>31</sup>, no sentido de verificar se as mesmas diferenças se perpetravam tendo em conta as mesmas variáveis dependentes da H5 (C.I. e I.P.). Foi possível observar que casais com estatuto de Coabitação, pontuam em média, e de um modo geral, mais do que os restantes grupos (Namoro ou Casamento), no entanto não foram observadas diferenças estatisticamente significativas para se poder corroborar a hipótese. Estes resultados controvertem estudos anteriores onde havia sido observado que ambos Intimidade (referente à autorrevelação) e confiança (diádica) diferiam significativamente de acordo com o estatuto marital (Larzelere e Houston, 1980). Estudos futuros destas relações seriam pertinentes para confirmar, ou não, variâncias que possam decorrer entre casais com estatutos maritais diferentes.

Vários estudos afirmaram a existência de diferenças entre sexos no que toca à I.E. – reporta-se uma tendência para as mulheres pontuarem mais do que os homens (Brackett et al., 2004; Mayer et al., 1999; Ahammed, Abdullah e Hassane, 2011) esta diferença observada anteriormente é associada a diferenças de papéis sociais mediante a socialização, pelo que as mulheres tendem a ser mais encorajadas a prestar atenção, expressar e responder a emoções (Brody, 1985 citado em Brackett, Warner e Bosco, 2005), pode estar, ainda associado ao facto de determinadas partes do córtex límbico (envolvido nas reações emocionais) se apresentarem com mais volume nas mulheres do que nos homens (Vieira et al., 2010, citado em

---

<sup>31</sup> *Considerando o Estatuto Marital, existem diferenças significativas relativamente aos constructos Confiança Interpessoal e Intimidade Percebida*

Relações Interpessoais de Parceria Amorosa: Estudo das relações entre Intimidade, Inteligência Emocional, Confiança Interpessoal e Saúde Mental em Casais Heterossexuais  
Ana Marta Oliveira Ferreira (a.marta.o.ferreira@gmail.com) 2018

Mendes, 2016). Propõe-se a H3<sup>32</sup>, portanto, de modo a verificar diferenças estudadas anteriormente. As diferenças entre sexos significativas em relação à I.E.P. revelam-se escassas, ressaltando a *Atenção às Emoções* que apresenta diferenças entre as mulheres e os homens, sendo que as primeiras pontuam mais que os segundos; este resultado já teria sido obtido em estudos anteriores (Nicolau, 2008; Mendes, 2010). Relativamente a diferenças entre sexos no que toca à I.P., destaca-se, apenas, a *Validação Pessoal* como detentora de diferenças significativas o que corrobora, parcialmente, os achados realizados em investigações anteriores que exploraram as diferenças entre sexos, relativamente à experiência de intimidade (Greeff, e Malherbe, 2001), um dos estudos vai mais longe dizendo que, particularmente, as mulheres tendem a pontuar mais que os homens relativamente à *Validação Pessoal* (Hook, Gerstein, Detterich, e Gridley, 2003)

No que toca a diferenças de género em relação à C.I., não foram observados valores estatisticamente significativos para afirmar presença de diferenças. Estes resultados controvertem descobertas anteriores, pelo que havia sido observado que as mulheres tendem a pontuar superiormente no que toca à confiança interpessoal (ex.: Dias, 2016; Mendes, 2016). Importar trazer para a discussão, neste momento, a H4<sup>33</sup>, pelo que, através de uma análise intracasal, pôde-se constatar resultados semelhantes aos observados na H3. Sendo uma amostra composta por casais heterossexuais, a análise de variância intracasal<sup>34</sup> não se poderia dissociar do sexo, e vice-versa. Relativamente à observação da C.I. em ambas hipóteses (H3 e H4) as mesmas poderão ser justificadas com base em estudos anteriores, levados a com díades, que não denunciam diferenças significativas entre géneros no que toca à confiança (Hook, Gerstein, Detterich e Gridley, 2003). Ademais, o observado na H4 revelou, igualmente, diferenças ao nível da *Atenção às Emoções* e a *Validação Pessoal*, juntando-se a *Intimidade* (escala total), onde os Homens tendem, uma vez mais, a pontuar menos em comparação com as mulheres. Estes resultados contrapõem, parcialmente, estudos anteriores que afirmam que casais em relacionamentos, tendem a pontuar de modo semelhante em várias características (cognitivas, religiosas, aptidões verbais, traços de personalidade) (Hill, Rubin, e Peplau, 1976; Buss, 1984; McCrae, 1996; Watkins e Meredith, 1981 citados em Brackett, Warner e Bosco, 2005). Em estudos anteriores, a observação diádica em casais novos levou, também à conclusão de que existem diferenças entre os membros do mesmo casal relativamente à Inteligência Emocional (Brackett, Warner e Bosco, 2005).

---

<sup>32</sup> Considerando os sujeitos individuais, existem semelhanças entre sexos no que concerne aos constructos Inteligência Emocional Percebida, Confiança Interpessoal e Intimidade Percebida

<sup>33</sup> Considerando o casal, existem semelhanças intracasal relativamente às médias pontuadas por ambos membros de um mesmo casal no que concerne aos constructos Inteligência Emocional Percebida, Confiança Interpessoal e Intimidade Percebida

<sup>34</sup> Levada a cabo utilizando a base de dados diádica, observando-se em pares as médias de valores referentes a todas as subescalas que constituem os constructos sob escrutínio na presente investigação.

Comparando os resultados das H3 e H4 no que diz respeito à Intimidade Percebida, com estudos realizados anteriormente, é difícil encontrar consenso. Kouneski e Olson, (2004) confirmaram que casais altamente íntimos têm percepções similares – apesar de as mulheres perceberem mais proximidade, essa diferença não se assume significativa e ambos membros reportam níveis altos de proximidade – em quase todas as medidas de I.P. e que casais com menos intimidade divergem. No entanto existem diferenças de género no que concerne à experiência de intimidade, i.e. os homens e mulheres diferem no que diz respeito às próprias definições de intimidade – mulheres colocam grande ênfase na conversação e partilha de emoções e tendem a crer que a intimidade significa amor, afeição e a expressão de sentimentos, por sua vez, os homens creem que intimidade significa comportamento sexual e proximidade física e tendem a sentir que partilhar atividades e interesses é tão importante para a experiência de intimidade como é a autorrevelação (Hook, Gerstein, Detterich e Gridley, 2003), estas investigações levam-nos a colocar em questão duas suposições: a (1) possibilidade de alguns dos casais, que participaram na presente investigação, não estarem intimamente ligados e, portanto, divergirem um do outro na experiência de intimidade; ou (2) da possibilidade de existir, apenas, uma diferença de género no que respeita à definição e experiência de intimidade, que não implica a ausência de intimidade ou satisfação na relação. Seria benéfico conduzir estudos que facilitassem a clarificação destes resultados.

## VI - Conclusões

Refletindo sobre os resultados do presente estudo, é possível retirar algumas ilações interessantes. Dentre as variáveis que integram a Inteligência Emocional Percebida, destacam-se a (1) *Clareza Emocional* e a (2) *Reparação do Estado Emocional* como os fatores que melhor se relacionam e predizem os restantes constructos – Saúde Mental, Intimidade Percebida e Confiança Interpessoal – sendo a segunda detentora de valores com maior significância, principalmente, em relação aos sintomas de *Stress* (predizendo-os negativamente), e em relação à *Validação Pessoal* (predizendo-a positivamente). A *Atenção às Emoções*, i.e. o nível em que se percebe a prestar atenção aos próprios sentimentos, não se destacou com níveis de significância elevados, deixando, até, indícios, apesar de não significativos, de que poderá causar sintomatologia negativa, tal como observado em estudos anteriores (Mendes, 2016). A Escala de Inteligência Emocional utilizada nesta investigação, representa uma medida de percepção, podendo não se traduzir na medida real de I.E. dos participantes. Seria necessário proceder com investigações do mesmo tipo que incluíssem mais medidas de I.E. (ex.: MISCEIT<sup>35</sup>), para colmatar esta limitação e introduzir mais informação ao estudo de um constructo assumidamente complexo.

As conclusões retiradas das observações onde se utilizou a Confiança

---

<sup>35</sup> The Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test

Interpessoal, para além das supramencionadas relacionadas com a I.E.P., denunciam a possibilidade deste constructo assumir relação e poder preditivo sobre a Saúde Mental, particularmente na sintomatologia depressiva ou de *stress*. Destacam-se, no entanto, as observações relativas à relação com a Intimidade Percebida que se assumem como bastante significativas, altamente correlacionadas e onde a Confiança Interpessoal assume poder preditivo sobre todos os níveis da I.P. A escala de Confiança Interpessoal, apresenta algumas limitações relativamente a fatores que se assumem, na literatura, como inerentes ao constructo que é a C.I., como por exemplo, a honestidade. Afirma-se, então, a pertinência de seguir com investigações sobre o efeito da C.I., para se conseguir recolher dados confirmatórios daquilo que foi verificado, juntamente com mais fatores que contribuem para uma análise mais completa da confiança.

Ponderando acerca das análises que incluem a Intimidade Percebida, para além das supramencionadas, fica em falta uma reflexão acerca desta em relação com a Saúde Mental, podemos afirmar que existe associação entre sintomatologia de *stress* e depressão com todos os níveis de Intimidade Percebida. Uma análise mais complexa e aprofundada acerca da relação destes constructos seria necessária.

A Escala de Intimidade Percebida utilizada apresenta limitações, na medida em que, nesta investigação em específico, a observação de um dos fatores do teste – *Abertura à Experiência* – ficou inviabilizada devido a uma fraca consistência interna. Ademais, sabendo que o constructo da Intimidade “é multidimensional, uma avaliação completa de todas as dimensões da intimidade, poderá somente ser possível utilizando não apenas o (...) PAIR”, mas acrescentando outras metodologias e instrumentos de análise (Moreira, Amaral e Canavarro, 2009).

Concluindo acerca das observações de médias levadas a cabo na presente investigação, destacam-se os notáveis resultados referentes ao Tempo de Duração de Relacionamento, em relação às C.I. e I.P. Os resultados são indícios acerca da possibilidade dos fatores pertencentes a ambos constructos aumentarem até aos 4 a 7 anos de namoro, e de, posteriormente, decaírem ao longo da relação. Este resultado, no entanto, poderá estar relacionado com a Idade dos participantes, pelo que observações semelhantes, tendo em conta os anos de vida, denunciaram resultados similares. Apesar destes constructos serem mensurados tendo em conta uma relação de interação de proximidade, não tivemos condições de afirmar qual dos dois fatores (Tempo de Duração de Relação ou Idade) seria o mais preponderante e influenciador destes resultados. Neste sentido, impõe-se a necessidade de realizar estudos futuros para compreender melhor o papel da duração e da idade nas relações interpessoais.

As observações da média entre sexos levaram-nos a concluir que homens e mulheres pontuam diferenças significativas na *Atenção às Emoções* e na *Validação Pessoal*. Sendo que a hipótese inicial iria de encontro à descoberta de mais diferenças significativas, não pudemos corroborar-la totalmente. No entanto, na observação de médias intracasal, referentes aos mesmos constructos, indica diferenças semelhantes,



acrescentando-se a *Intimidade* (escala total). As observações de diferenças de género podem ter sido enviesadas pela inclusão de membros de um mesmo casal, e por se saber que existe tendência para que membros de um mesmo casal partilham semelhanças em variados aspetos (Hill, Rubin, e Peplau, 1976; Buss, 1984; McCrae, 1996; Watkins e Meredith, 1981, citados em Brackett, Warner e Bosco, 2005). Estudos futuros nesta área seriam pertinentes para se poder afirmar, com mais veemência, a premissa de que constituintes de um casal pontuem semelhantemente e para verificar se o facto de os homens pontuarem menos – intracasal, em relação à Intimidade e à Validação Pessoal – denuncia uma menor perceção de Intimidade ou se a Intimidade, para os homens, representa algo que difere daquilo que a escala I.P. se propõe a medir.

Quase findado, é importante referir algumas limitações deste estudo. Estas passam pelo tamanho da amostra – que limitou, também, algumas observações diádicas – pelo que conseguir que ambos membros de um casal preenchessem o protocolo em questão de modo privado, nem sempre se provou fácil e, portanto, acabou por ser uma amostra de conveniência pouco aleatória e diversificava quer ao nível das habilitações literárias, como ao da localidade. Acrescenta-se a limitação referente à utilização de instrumentos de autorrelato e quantitativos, que deixam, sempre, espaço para enviesamento das perceções e crenças que se podem refletir nas respostas dos sujeitos.

Não obstante, este estudo tem, também, alguns pontos fortes, como o facto de nesta investigação se ter contribuído para o estudo do casal, que se entende como algo complexo, e de alguns fatores que contribuem para a intimidade nas parcerias amorosas. Destaca-se o facto desta amostra ter sido homogénea do ponto de vista do género e o facto de ter uma análise de relacionamentos interpessoais amorosos com o testemunho de ambos membros do casal. Importa acrescentar que as escalas em estudo apresentam boas qualidades psicométricas e de permitirem investigações transculturais, pelo que os constructos aqui estudados representam aspetos e necessidades que são transversais à cultura. É de notar, ademais, que esta investigação representa um contributo para a análise da Inteligência Emocional Percebida, Intimidade Percebida e Confiança Interpessoal, apresentando novos dados para o panorama nacional.

Estudos futuros deverão incluir novos testes de complementação das escalas e novas medidas para averiguar a ligação com outras variáveis. Seria interessante, por exemplo, incluir uma escala de satisfação na relação; estender a mesma a uma amostra solteira, separada ou divorciada de modo a compará-las com casais. Haveria pertinência na inclusão de uma medida de vitimização ou de abuso na relação de modo a comparar intimidades e satisfações em casais com historial mais conturbado, com casais, tipicamente, saudáveis. Faria sentido, ainda, recolher mais informações sociobiográficas como a presença de filhos ou o nível socioeconómico. Uma observação qualitativa, através da utilização de, por exemplo, entrevista ou de recolha da história de vida, proporcionariam uma coleção de informações que permitiriam aprofundar os contextos pessoais, relacionais, ambientais e

experienciais. Ademais, seria interessante verificar o papel da inteligência emocional na relação com outras medidas de inteligência e com a aspetos da personalidade.

### Bibliografia

- Ahammed, S., Abdullah, S. A., & Hassane, S. H. (2011). The role of emotional intelligence in the academic success of United Arab Emirates University students. *International Education, 41*, 7-25.
- Almeida, L. & Caldas, J. (2012). Intimidade e Saúde. *Psicologia USP, 23* (4), 737-755.
- American Psychological Association (2010). Ethical Principles of Psychologists and Code of Conduct. Retirada a 29 de julho de 2018, em: <http://www.apa.org/ethics/code/>.
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin, 117*, 497-529.
- Berscheid, E. (1994). Interpersonal relationships. *Annual Review of Psychology, 45*, 79-129.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Attachment* (2nd ed.). London: Hogarth Press.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss. Vol. III. Loss, sadness and depression*. London: The Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis.
- Brackett, M., Lopes, P. N., Ivcevic, Z., Mayer, J. D., & Salovey, P. (2004). Integrating emotion and cognition: The role of emotional intelligence. In D. Dai e R. J. Sternberg (Eds.), *Motivation, emotion, and cognition: Integrating perspectives on intellectual functioning* (pp. 175-194). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Brackett MA, Warner RM, Bosco J. (2005). Emotional intelligence and relationship quality among couples. *Pers. Relat. 12*:197–212
- Brehm, S., Miller, R., Perlman, D., & Campbell. (2002). *Intimate Relationships* (3<sup>rd</sup> ed.). New York: McGraw-Hill.
- Bryman, A. & Cramer, D. (1993). Análise de dados em ciências sociais. Introdução às técnicas utilizando o SPSS (2<sup>a</sup> ed.). Lisboa: Celta Editora. (Goleman, 2010
- Canavarro, M. C. (1999). *Relações afetivas e saúde mental*. Coimbra: Quarteto Editora.
- Canavarro, M.C., Dias, P., Lima, V., 2006. A avaliação da vinculação do adulto: uma revisão crítica a propósito da aplicação da Adult Attachment Scale-R (AAS-R) na população portuguesa. In: *Psicologia*, vol. XX (1). Ed. Colibri, pp. 155e186. Clark & Reis, 1988;
- Clinebell, H. J., & Clinebell, C. H. (1970). *The Intimate Marriage*. New York: Harper & Row;
- Clark, M. S., & Reis, H. T. (1988). Interpersonal process in close relationships. *Annual Review of Psychology, 39*, 609-672.
- Cohen, J. (1988). Statistical power analysis for the behavioral sciences, 2<sup>nd</sup>

- ed. New York: Academic Press.
- Dias, C., Cruz, J. F., & Fonseca, A. M. (2008). Emoções: Passado, presente e futuro. *Psicologia*, 22 (2), 11-31.
- Dias, M. (2016). *Confiança Interpessoal e Bem-Estar Subjetivo na Aduldez*. Dissertação de Mestrado em Psicologia apresentado à Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra.
- Dunn, J. J. and Schweitzer, M.E. (2005). Feeling and believing: The influence of emotions on trust. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88, 736-748
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York: Norton.
- Extremera, N. e Fernández-Berrocal, P. (2005). Inteligencia emocional y diferencias individuales en el meta-conocimiento de los estados emocionales: una revisión de los estudios con el Trait Meta-Mood Scale. *Ansiedad y Estrés*, 11, 1.
- Extremera, N., & Fernandez-Berrocal, P. (2002) Relation of perceived emotional intelligence and health-related quality of life of middle-aged women. *Psychological Reports*, 91, 47-59.
- Field, A. (2005). *Discovering Statistics Using SPSS* (2nd ed.). London: Sage.
- Goleman, D. (2010). *Inteligência emocional*. Círculo de Leitores.
- Goleman, D. (2012). *Trabalhar com Inteligência Emocional*. Círculo de Leitores.
- Goleman, D. (1995), *Emotional Intelligence: Why it Can Matter More than IQ*, Bantam Books, New York, NY.
- Greeff, A., & Malherbe, H. (2001). Intimacy and Marital Satisfaction in Spouses. *Journal of Sex & Marital Therapy* 27, 247-257.
- Hendrick, C. & Hendrick, S. (1986). A theory and method of love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(2), 392-402.
- Hook, M., Gerstein, L., Deterich, L., & Gridley, B. (2003). How Close Are We? Measuring Intimacy and Examining Gender Differences. *Journal of Counseling and Development*, 81(4), 462-472.
- Kouneski, E. F., & Olson, D. (2004). A Practical Look at Intimacy: ENRICH Couple Typology. In D. Mashek & A. Aron (Eds.), *Handbook of Closeness and Intimacy* (pp. 117-133). New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Larzelere, R. E. & Houston, T. L (1980) The Dyadic Trust Scale: Toward Understanding Interpersonal Trust in Close Relationships. *Journal of Marriage and the Family*, 42 (3), 595-604.
- Laurenceau, J.-P., Barrett, L., & Rovine, M. (2005). The Interpersonal Process Model of Intimacy in Marriage: A Daily-Diary and Multilevel Modeling Approach. *Journal of Family Psychology*, 19(2), 314-323.
- Laurenceau, J.-P., Feldman, Barrett, L., & Pietromonaco, P. (1998). Intimacy as an interpersonal process: The importance of self-disclosure, partner disclosure, and perceived partner responsiveness in interpersonal exchanges. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1238-1251.
- Lovibond, P., & Lovibond, S. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the depression anxiety stress scales (DASS)

- with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour Research and Therapy*, 33(3), 335-343.
- Maia de Carvalho & Vale Dias → Maia de Carvalho, M. P. & Vale Dias, M.L. (2012). Saúde Mental e Desenvolvimento Pessoal Positivo. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 4, 135-143.
- Malouff, J. M., Schutte, N. S., and Thorsteinsson, E. B. (2014). Trait emotional intelligence and romantic relationship satisfaction: a meta-analysis. *American Journal of Family Therapy*. 42, 53–66
- Maroco, J. & Garcia-Marques, T. (2006). Qual a fiabilidade do alfa de Cronbach? Questões antigas e soluções modernas?. *Laboratório de Psicologia*, 4(1),65-90.
- Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological review*. 50, 370-396.
- Mayer & Salovey, 1997 → Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implication* (pp. 3 - 31). New York: Basic Books.
- Mayer, J. D., Caruso, D., & Salovey, P. (1999). *Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence*. *Intelligence*, 27, 267-298;
- McAdams, D. P. (1987). Intimacy motivation and subjective mental health in a nationwide sample. *Journal of Personality* 55, 851-861.
- Mendes, T. (2016). *De Adulto Emergente a Adulto de Meia-Idade: Estudo das relações entre Inteligência Emocional, Bem-Estar Subjetivo, Confiança Interpessoal e Saúde Mental*. Dissertação de Mestrado em Psicologia apresentado à Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra.
- Miguel, F.K. (2015). Psicologia das emoções: uma proposta integrativa para compreender a expressão emocional. *Psico-USF*. (Impr.); 20(1),153-162.
- Minas, B. (2014). *A violência nas relações íntimas: prevalência e estudo de relações com a confiança interpessoal e com a esperança*. Dissertação de Mestrado em Psicologia apresentado à Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra.
- Mitchell, A., Castellani, A., Herrington, R., Joseph, J., Doss, B., & Snyder, D. (2008). Predictors of Intimacy in Couples' Discussions of Relationships Injuries: An Observational Study. *Journal of Family Psychology*, 22(1), 21-29
- Moore, K., McCabe, M., & Brink, R. (2001). Are married couples happier in their relationships than cohabiting couples? Intimacy and relationships factors. *Sexual and Relationship Therapy*, 16(1), 35-46.
- Moore, K., McCabe, M., & Stockdale, J. (1998). Factor analysis of the Personal Assessment of Intimacy in Relationships Scale (PAIR): engagement, communication and shared friendships. *Sexual and Marital Therapy*, 13(4), 361-368.
- Moreira, H., Amaral, A., & Canavarro, M. C. (2009). Adaptação do personal assessment of intimacy in relationships scale (PAIR) para a população

- Portuguesa: Estudo das suas características psicométricas. *Psychologica*, 50, 353-373.
- Moreira, H., Amaral, A., & Canavarro, M. C. (2009). Adaptação do personal assessment of intimacy in relationships scale (PAIR) para a população Portuguesa: Estudo das suas características psicométricas. *Psychologica*, 50, 353-373.
- Nunnally, J. (1978). *Psychometric theory* (2ªeds). New York: McGraw-Hill.
- Ordem dos Psicólogos (2011). Código deontológico da Ordem dos Psicólogos Portugueses. Retirada a 29 de julho de 2018, em: [https://www.ordemdospsicologos.pt/pt/cod\\_deontologico](https://www.ordemdospsicologos.pt/pt/cod_deontologico).
- Pais-Ribeiro, J., Honrado, A., & Leal, I. (2004). Contribuição para o estudo da adaptação portuguesa das escalas de Depressão Ansiedade Stress de Lovibond e Lovibond. *Psychologica*, 36, 235-246.
- Pallant, J. (2005). *SPSS survival manual: a step by step guide to data analysis using SPSS for Windows (Version 12)* (2nd ed.). Austrália: Allen & Unwin.
- Prager, K. J., & Roberts, L. (2004). Deep Intimate Connection: Self and Intimacy in Couple Relationships. In D. Mashek & A. Aron (Eds.), *Handbook of Closeness and Intimacy* (pp. 43-60). New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Queirós, M. (2014). *Inteligência Emocional – Aprenda a ser Feliz*. Porto: Porto Editora.
- Queirós, M., Fernández-Berrocal, P., Extremera, N., Carral, J. M. C. & Queirós, P. S. (2005). Validação e fiabilidade da versão portuguesa modificada da Trait Meta-Mood Scale. *Revista de Psicologia, Educação e Cultura*, 9, 199-216.
- Rapee, R. M., & Heimberg, R. G. (1997). A cognitive-behavioral model of anxiety in social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, 35, 741e756.
- Reis, H. T. (1990). The role of intimacy in interpersonal relationships. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 9, 15-30.
- Reis, H. T., & Patrick, B. (1996). Attachment and Intimacy: Component Processes. In T. Higgins & A. Kruglanski (Eds.), *Social Psychology: Handbook of Basic Principles*. New York: The Guilford Press.
- Reis, H. T., & Shaver, P. (1988). Intimacy as an interpersonal process. In S. Duck (Ed.), *Handbook of personal relationships* (pp. 367-389). Chichester: Wiley.
- Rempel, J., Holmes, J., & Zanna, M. (1985). Trust in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 49(1), 95-112. Rogers, 2008
- Rohner, R., Melendez, T., & Kraimer-Rickaby, L. (2008). Intimate partner acceptance, parental acceptance in childhood, and psychological adjustment among american adults is ongoing attachment relationships. *Cross-Cultural Research*, 42(1), 13.
- Sparrevohn, R. M., & Rapee, R. M. (2009). Self-disclosure, emotional expression and intimacy within romantic relationships of people with social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, 47, 1074–1078

- Rotenberg, K. (1994). Loneliness and interpersonal trust. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 13(2), 152-173. 45
- Rotenberg, K. (2001). Interpersonal trust across lifespan. In P. Baltes & J. Smelser (Eds.), *International encyclopedia of social and behavioral sciences* (pp. 7866–7868). New York: Pergamon.
- Rotenberg, K. (2010). The conceptualization of interpersonal trust: a basis, domain and target framework. In K. Rotenberg (Eds.), *Interpersonal trust during childhood and adolescence*. (pp. 8-27). Cambridge: Cambridge University Press.
- Rotenberg, K., Addis, N., Betts, L., Fox, C., Hobson, Z., Rennison, S., Trueman, M. & Boulton, M. (2010). The relation between trust beliefs and loneliness during early childhood, middle childhood and adulthood. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 36(1), 1086-1100.
- Rotenberg, K., Boulton, M., & Fox, C. (2005). Cross-sectional and longitudinal relations among children's trust beliefs, psychological maladjustment and social relationships: Are very high as well as very low trusting children at risk? *Journal of Abnormal Child Psychology*, 33(5), 595-610.
- Rotter, J.B. (1980). Interpersonal trust, trustworthiness and gullibility. *American Psychologist*, 35, 1-7.
- Rousseau, D. M., Sitkin, S. B., Burt, R. S., & Camerer, C. (1998). Not so different after all: a cross-discipline view of trust. *Academy of Management Review*, 23(3), 393-404.
- Salovey, P., Bedell, B., Detweiler, J. B. e Mayer, J. (1999). Coping intelligently: Emotional intelligence and the coping process. In C. R. Snyder (Eds), *Coping: The psychology of what works* (pp.141-164). New York: Oxford University Press.
- Salovey, P., Mayer, J. D., Goldman, S. L., Turvey, C., e Palfai, T. P. (1995). Emotional attention, clarity, and repair: Exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale. In J. W. Pennebaker (Ed.), *Emotion, disclosure, and health* (pp. 125-154). Washington, DC: American Psychological Association.
- Salovey, P., Stroud, L., Woolery, A., e Epel, E. (2002) Perceived emotional intelligence, stress reactivity and symptom reports: Further explorations using the Trait Meta-Mood Scale. *Psychology and Health*, 17, 611-627.
- Schaefer, M., & Olson, D. (1981). Assessing Intimacy: The PAIR Inventory. *Journal of Marital and Family Therapy*, 7(1), 47-60.
- Simpson, J (2007). Psychological foundations of trust. *Current Directions in Psychological Science*, 16(5), 264-268.
- Vale-Dias, M. & Franco-Borges, G. (2014). Adaptação portuguesa da Escala de Confiança Interpessoal (Rotenberg's Specific Trust Scale-Adults). Documento não publicado
- World Health Organization (2004). *Prevention of mental disorders: effective interventions and policy options*. Geneva: World Health Organization.
- Woyciekoski, C. e Hutz, C. (2008). Inteligência Emocional: Teoria,

Pesquisa, Medida, Aplicações e Controvérsias. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 22(1), 1-11.

## **Anexos**



## Anexos 1. Protocolo de Investigação

### Anexo 1.1 – Consentimento Informado

#### CONSENTIMENTO INFORMADO

O presente estudo sobre “Inteligência emocional, confiança interpessoal e qualidade relacional no casal” está a ser realizado, no âmbito da *Dissertação de Mestrado do Mestrado em Educação Aconselhamento e Desenvolvimento*, pertencente ao *Mestrado Integrado em Psicologia da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra*, pela aluna Ana Marta Oliveira Ferreira sob a orientação da Professora Doutora Maria da Luz Vale Dias.

O objetivo principal da investigação consiste em perceber, através do testemunho de adultos e jovens adultos que se encontrem num relacionamento amoroso, a influência da inteligência emocional e da confiança interpessoal na intimidade relacional do casal. Para o concretizar será necessário aplicar questionários a ambos os membros de um casal com idades a partir dos 18 anos, inclusive.

Deste modo, solicitamos a sua colaboração neste estudo, através da resposta aos questionários que se seguem. Será assegurado o completo anonimato e confidencialidade da informação recolhida e os dados apenas serão utilizados para efeito desta investigação.

É muito importante que responda de forma individual e sincera a todas as questões que lhe serão colocadas.

Muito obrigada pela sua colaboração!

Com os melhores cumprimentos,  
Coimbra, 01 de Fevereiro de 2016

\_\_\_\_\_  
(Prof. Doutora Maria da Luz Vale Dias)

\_\_\_\_\_  
(Ana Marta Oliveira Ferreira)

#### CONTACTOS:

Ana Marta Oliveira Ferreira ([a.marta.o.ferreira@gmail.com](mailto:a.marta.o.ferreira@gmail.com))

Prof. Doutora Maria da Luz Vale Dias ([valedias@fpce.uc.pt](mailto:valedias@fpce.uc.pt))

-----  
Eu, \_\_\_\_\_, declaro ter sido  
suficientemente informado(a), aceitando participar nesta investigação.

\_\_\_\_\_ (localidade), \_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2016

Assinatura: \_\_\_\_\_

**Anexo 1.2 – Questionário Sociobiográfico**

**PROTOCOLO DE INVESTIGAÇÃO DO ESTUDO**

“A inteligência emocional, confiança interpessoal e intimidade no casal”

**Questionário Sociobiográfico**

ID \_\_\_\_\_ (a preencher pelos investigadores)

Data de preenchimento \_\_\_\_\_

**1. Idade/DN** i. Idade \_\_\_\_\_ ii. Data de Nascimento \_\_\_\_\_

**2. Sexo** 1. \_\_\_\_\_ Masculino

2. \_\_\_\_\_ Feminino

**3. Localidade (e Concelho) onde reside:** \_\_\_\_\_

**4. Língua materna.** Em que língua ou dialeto fala em casa?

\_\_\_\_\_ 1. Português

\_\_\_\_\_ 2. Outra \_\_\_\_\_ (especificar)

**5. Educação.** Qual o grau de escolaridade concluído?

\_\_\_\_\_ 1. Inferior ao 12º ano. Qual? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ 2. 12º Ano

\_\_\_\_\_ 3. 12º Ano, mais diploma profissional específico

\_\_\_\_\_ 4. Frequência da Faculdade, mas sem conclusão da licenciatura

\_\_\_\_\_ 5. Licenciatura ou grau equivalente

\_\_\_\_\_ 6. Pós-graduação ou equivalente (e.g., Mestrado, Doutoramento)

**6. Estatuto marital.** Assinale todas as situações que sejam verdadeiras.

\_\_\_\_\_ 1. Casado(a) e a viver com o cônjuge

\_\_\_\_\_ 2. Casado(a) mas a viver com alguém sem ser o cônjuge

\_\_\_\_\_ 3. Não casado(a), mas a viver com alguém (união consensual)

\_\_\_\_\_ 4. Separado (i.e., casado(a), mas não a viver com o cônjuge)

\_\_\_\_\_ 5. Divorciado(a)

\_\_\_\_\_ 6. Viúvo(a)

\_\_\_\_\_ 7. Solteiro (nunca casado)

\_\_\_\_\_ 8. Namoro (sem viverem juntos)

**7. Orientação sexual**

\_\_\_\_\_ 1. Heterossexual

\_\_\_\_\_ 2. Homossexual

\_\_\_\_\_ 3. Bissexual

**8. Mantém um relacionamento amoroso atualmente (com duração igual ou superior a 6 meses)?**

Sim

Não

8.1. Se sim, há quanto tempo mantém esse relacionamento?

---

**Anexo 1.2 – Trait Meta-Mood Scale 24 (TMMS-24)**
**Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24)**

Salovey, Mayer, Goldman, Turvey &amp; Palfai (1995)

Versão portuguesa: Queirós, M., Fernández-Berrocal, Extremera, Carral, e Queirós (2005)

Neste questionário encontrará algumas afirmações sobre as suas emoções e sentimentos. Leia atentamente cada frase e indique, por favor, o grau em que está de acordo ou desacordo com cada uma delas marcando com X o número que mais se aproxima das suas preferências.

Tenha sempre presente que não há respostas certas ou erradas, boas ou más. Não gaste muito tempo a pensar em cada resposta.

---

*A classificação é a seguinte:*
**1 = Discordo totalmente**
**2 = Discordo em parte**
**3 = Nem concordo nem discordo**
**4 = Concordo em parte**
**5 = Concordo plenamente**

1. Presto muita atenção aos meus sentimentos	1	2	3	4	5
2. Preocupo-me muito com os meus sentimentos	1	2	3	4	5
3. Acho que é inútil pensar nas minhas emoções	1	2	3	4	5
4. Vale a pena prestar atenção às minhas emoções e estados de espírito	1	2	3	4	5
5. Deixo que os meus sentimentos se intrometam com os meus pensamentos	1	2	3	4	5
6. Penso constantemente no meu estado de espírito	1	2	3	4	5
7. Penso muitas vezes nos meus sentimentos	1	2	3	4	5
8. Presto muita atenção àquilo que sinto	1	2	3	4	5
9. Normalmente sei o que estou a sentir	1	2	3	4	5
10. Muitas vezes consigo saber aquilo que sinto	1	2	3	4	5
11. Quase sempre sei exactamente aquilo que sinto	1	2	3	4	5
12. Normalmente conheço os meus sentimentos sobre as pessoas ou qualquer assunto	1	2	3	4	5
13. Tenho, muitas vezes, consciência do que sinto sobre qualquer assunto	1	2	3	4	5
14. Consigo dizer sempre o que sinto	1	2	3	4	5
15. Às vezes, consigo dizer o que sinto	1	2	3	4	5
16. Consigo perceber aquilo que sinto	1	2	3	4	5
17. Embora, por vezes, esteja triste, tenho, quase sempre, uma atitude optimista	1	2	3	4	5
18. Mesmo que me sinta mal, tento pensar em coisas agradáveis	1	2	3	4	5
19. Quando me aborreço, penso nas coisas agradáveis da vida	1	2	3	4	5
20. Tento ter pensamentos positivos mesmo que me sinta mal	1	2	3	4	5
21. Se sinto que estou a perder a cabeça, tento acalmar-me	1	2	3	4	5
22. Preocupo-me em manter um bom estado de espírito	1	2	3	4	5
23. Tenho sempre muita energia quando estou feliz	1	2	3	4	5
24. Quando estou zangado procuro mudar a minha disposição	1	2	3	4	5

## Anexo 1.4 – Rotenberg's Specific Trust Scale-Adults

### Rotenberg's Specific Trust Scale-Adults

Versão portuguesa: Vale-Dias, M. L. & Franco-Borges, G. (2014)

Neste questionário é-lhe pedido que faça julgamentos sobre o seu **Par Amoroso**, que é nomeado/a em cada item pela letra **A**. Nas suas respostas, tenha sempre em conta o/a seu/sua Par Amoroso e escolha apenas um número da escala que melhor represente a sua opinião.

Concordo totalmente ← → Discordo totalmente

1- Se <b>A</b> rir inesperadamente de algo que eu diga ou faça, eu interrogo-me se estará a ser crítico e desagradável.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2- Eu posso falar livremente com <b>A</b> e sei que me escutará.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3- <b>A</b> nunca deturparia intencionalmente os meus pontos de vista perante os outros.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4- Como <b>A</b> conhece o tipo de coisas que magoam os meus sentimentos, não me preocupo que as possa usar contra mim, mesmo que o nosso relacionamento mude.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5- Posso confiar em <b>A</b> e sei que quererá sempre ouvir-me.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6- Se contar a <b>A</b> o que me preocupa, sei que não pensará que as minhas preocupações são tolas ou supérfluas.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7- Se <b>A</b> não puder encontrar-se comigo como planeado, acreditarei na sua desculpa de que algo importante aconteceu.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8- Se <b>A</b> me prometer um favor, sei que cumprirá o prometido	1	2	3	4	5	6	7	8	9
9- Se decidirmos encontrarmo-nos nalgum sítio para almoçar, tenho a certeza de que <b>A</b> lá estará.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10- Se <b>A</b> ficou de me dar boleia para algum sítio e não chega à hora combinada, calculo que haverá uma boa razão para o	1	2	3	4	5	6	7	8	9

atraso.										
---------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

#### Anexo 1.4 – Personal Assessment of Intimacy in Relationships

##### PAIR

#### Personal Assessment of Intimacy in Relationships Scale

D. H. Olson & M. T. Schaefer (1981)

Versão portuguesa: H. Moreira & M. C. Canavarro (2007)

Este questionário é utilizado para medir diferentes tipos de “intimidade” no seu relacionamento. Deve responder a cada questão tendo em conta o que pensa melhor caracterizar a sua relação no **momento presente**.

Para responder utilize a escala abaixo indicada, escolhendo, de entre as cinco opções possíveis, aquela que melhor se ajusta ao seu caso, colocando uma cruz no respectivo espaço em branco.

*A classificação é a seguinte:*

**0 = Discordo totalmente**

**1 = Discordo**

**2 = Não concordo nem discordo**

**3 = Concordo**

**4 = Concordo fortemente**

1. O(a) meu (minha) companheiro(a) escuta-me quando preciso de falar com alguém	0	1	2	3	4
2. Gostamos de passar tempo com outros casais	0	1	2	3	4
3. Estou satisfeito(a) com a nossa vida sexual	0	1	2	3	4
4. O(a) meu (minha) companheiro(a) ajuda-me a clarificar os meus pensamentos	0	1	2	3	4
5. Gostamos das mesmas actividades de lazer	0	1	2	3	4
6. O(a) meu (minha) companheiro(a) tem todas as qualidades que sempre desejei num(a) companheiro(a)	0	1	2	3	4
7. Posso falar dos meus sentimentos sem que ele/ela se torne defensivo(a)	0	1	2	3	4
8. Normalmente isolamo-nos dos outros	0	1	2	3	4
9. Sinto que a nossa vida sexual é apenas uma rotina	0	1	2	3	4
10. Quando se trata de ter uma discussão séria parece que temos pouco em comum	0	1	2	3	4
11. Partilho pouco os interesses do meu (minha) companheiro(a)	0	1	2	3	4
12. Existem momentos em que não sinto muito amor e afecto pelo meu (minha) companheiro(a)	0	1	2	3	4
13. Sinto-me muitas vezes distante do meu (minha) companheiro(a)	0	1	2	3	4
14. Temos poucos amigos em comum	0	1	2	3	4
15. Sou capaz de dizer ao meu (minha) companheiro(a) quando pretendo ter relações sexuais	0	1	2	3	4
16. Sinto-me humilhado(a)/"deitado(a) a baixo" quando eu e o meu (minha) companheiro(a) temos uma conversa séria	0	1	2	3	4
17. Gostamos de nos divertir juntos	0	1	2	3	4
18. Todas as coisas novas que aprendi sobre o meu (minha) companheiro(a)	0	1	2	3	4

agradaram-me					
19. O meu (minha) companheiro(a) consegue realmente compreender os meus sofrimentos e alegrias	0	1	2	3	4
20. Passar tempo em conjunto com os amigos é uma parte importante das nossas actividades em comum	0	1	2	3	4
21. Contenho o meu interesse sexual porque o meu (minha) companheiro(a) faz-me sentir desconfortável	0	1	2	3	4
22. Sinto que é inútil discutir alguns assuntos com o meu (minha) companheiro(a)	0	1	2	3	4
23. Gostamos de realizar juntos actividades ao ar livre	0	1	2	3	4
24. Eu e o meu (minha) companheiro(a) compreendemo-nos um ao outro completamente	0	1	2	3	4
25. Por vezes sinto-me negligenciado(a) pelo meu (minha) companheiro(a)	0	1	2	3	4
26. Muitos dos amigos mais próximos do meu (minha) companheiro(a) são também os meus amigos mais próximos	0	1	2	3	4
27. A expressão sexual é uma parte essencial na nossa relação	0	1	2	3	4
28. O meu (minha) companheiro(a) tenta frequentemente mudar as minhas ideias	0	1	2	3	4
29. Raramente temos tempo para fazermos coisas divertidas juntos	0	1	2	3	4
30. Penso que possivelmente ninguém pode ser mais feliz do que o meu (minha) companheiro(a) e eu quando estamos juntos	0	1	2	3	4
31. Por vezes sinto-me sozinho(a) quando estamos juntos	0	1	2	3	4
32. O meu (minha) companheiro(a) desaprova alguns dos meus amigos	0	1	2	3	4
33. O meu (minha) companheiro(a) parece não ter interesse pelo sexo	0	1	2	3	4
34. Temos inúmeros assuntos sobre os quais conversar	0	1	2	3	4
35. Sinto que partilhamos alguns interesses em comum	0	1	2	3	4
36. Tenho algumas necessidades que não são preenchidas pela minha relação	0	1	2	3	4

## Anexo 1.5 – Escala de Depressão, Ansiedade e Stress

### EADS-21

#### Escala de Ansiedade, Depressão e Stress

Versão Portuguesa: Pais-Ribeiro, Honrado & Leal (2004)

Por favor leia cada uma das afirmações abaixo e assinale 0,1,2 ou 3 para indicar quanto cada afirmação se aplicou a si *durante a semana passada*. Não há respostas certas ou erradas. Não leve muito tempo a indicar a sua resposta em cada afirmação.

*A Classificação é a seguinte:*

0 – Não se aplicou **nada** a mim

1 – Aplicou-se a mim **algumas vezes**

2 – Aplicou-se a mim **muitas vezes**

3 – Aplicou-se a mim a **maior parte das vezes**

1. Tive dificuldades em me acalmar	0	1	2	3
2. Senti a minha boca seca	0	1	2	3
3. Não consegui sentir nenhum sentimento positivo	0	1	2	3
4. Senti dificuldades em respirar	0	1	2	3
5. Tive dificuldade em tomar iniciativa para fazer coisas	0	1	2	3
6. Tive tendência a reagir em demasia em determinadas situações	0	1	2	3
7. Senti tremores (por ex. nas mãos)	0	1	2	3
8. Senti que estava a utilizar energia nervosa	0	1	2	3
9. Preocupei-me com situações em que podia entrar em pânico e fazer figura ridícula	0	1	2	3
10. Senti que não tinha nada a esperar do futuro	0	1	2	3
11. Dei por mim a ficar agitado(a)	0	1	2	3
12. Senti dificuldade em relaxar	0	1	2	3
13. Senti-me desanimado(a) e melancólico(a)	0	1	2	3
14. Estive intolerante em relação a qualquer coisa que me impedisse de terminar aquilo que estava a fazer	0	1	2	3
15. Senti-me quase a entrar em pânico	0	1	2	3
16. Não fui capaz de ter entusiasmo por nada	0	1	2	3
17. Senti que não tinha muito valor como pessoa	0	1	2	3
18. Senti que, por vezes, estava sensível	0	1	2	3
19. Senti alterações no meu coração sem fazer exercício físico	0	1	2	3
20. Senti-me assustado(a) sem ter tido uma boa razão para isso	0	1	2	3
21. Senti que a vida não tinha sentido	0	1	2	3

## Anexo 1.7 – Escala de Desejabilidade Social de Coimbra

### EDSC

#### Escala de Desejabilidade Social de Coimbra

M. R. Simões, P. A. Almiro & L. Sousa (2014)

As questões que se seguem referem-se às atitudes pessoais que caracterizam a maneira de ser de cada um. Para cada questão apresentada, responda **Sim (S)** ou **Não (N)**, assinalando com uma **cruz (X)** a opção que melhor corresponde ao que pe

1. Já alguma vez detestou alguém?	S	N
2. Às vezes fala de coisas sobre as quais não sabe nada?	S	N
3. Alguma vez estragou ou perdeu alguma coisa que pertencia a outra pessoa	S	N
4. Age sempre de acordo com o que diz?	S	N
5. Alguma vez culpou alguém sabendo que a responsabilidade era sua?	S	N
6. Se disser que vai fazer alguma coisa, cumpre sempre a sua promessa por mais incómodos que isso lhe traga?	S	N
7. Às vezes gosta de falar da vida dos outros?	S	N
8. Alguma vez ficou com alguma coisa (nem que fosse uma caneta ou uma moeda) que pertencia a outra pessoa?	S	N
9. Está sempre disposto(a) a admitir os erros que comete?	S	N
10. Alguma vez fingiu estar doente para se livrar de fazer alguma coisa que não queria?	S	N
11. Às vezes gaba-se um pouco?	S	N
12. Alguma vez fez batota num jogo?	S	N
13. Deixa às vezes para amanhã o que deveria fazer hoje?	S	N
14. Alguma vez disse mal de alguém?	S	N
15. Já alguma vez insistiu bastante para que as coisas fossem feitas à sua maneira?	S	N
16. Quando era criança alguma vez foi mal-educado(a) para com os seus pais?	S	N
17. Já alguma vez disse alguma coisa com a intenção de magoar alguém?	S	N
18. Seria capaz de entrar num cinema sem pagar, se tivesse a certeza de que não seria detectado(a)?	S	N
19. Já alguma vez se aproveitou de alguém?	S	N
20. Alguma vez aceitou um elogio sabendo que o mérito não era seu mas sim de outra pessoa?	S	N
21. Alguma vez se irritou porque as pessoas expressavam ideias muito diferentes da sua?	S	N
22. Já alguma vez teve inveja da boa sorte dos outros?	S	N