

COPING DIÁDICO AO LONGO DO CICLO DE VIDA CONJUGAL

DYADIC COPING DURING THE CONJUGAL CYCLE

Aline Amaral Mussumeci¹
Edna Lúcia Tinoco Ponciano²

RESUMO

O relacionamento conjugal não é o mesmo ao longo da vida do casal, transforma-se por acontecimentos, situações de estresse e mudanças que podem interferir de maneira positiva ou negativa no bem-estar conjugal. Cada cônjuge vive momentos de estresse individuais e os relacionados ao ciclo de vida do casal. O objetivo desse estudo é refletir sobre a questão do *coping* diádico no decorrer do ciclo conjugal, mais especificamente a influência da família de origem nos momentos de estresse do casal nas duas primeiras fases, a da constituição do casal e a do nascimento do primeiro filho. Trata-se de um estudo do tipo exploratório com abordagem qualitativa. Foram realizadas dez entrevistas com casais heterossexuais de famílias intactas, de classe média da cidade do Rio de Janeiro e de Curitiba. Ao final do estudo, observa-se que a família de origem pode influenciar negativamente o casamento dos filhos, pela ausência ou pela proximidade excessiva, e positivamente com apoio emocional e/ou financeiro, cuidado com os netos e auxílio nas tarefas de casa.

Palavras- chave: *coping/coping* diádico, conjugalidade, ciclo de vida, família de origem.

ABSTRACT

The marital relationship is not the same throughout the life of the couple, is transformed by events, stressful situations and changes that may affect positively or negatively in the marital well-being. Each spouse lives moments of individual stress and stress related to the couple's life cycle. The aim of this study is to reflect on the issue of dyadic coping during the conjugal cycle, specifically the influence of family of origin in times of stress in the phases of the constitution of the couple and birth of first child. It is an exploratory study with a qualitative approach. Ten interviews were conducted with heterosexual couples from intact families, middle-class city of Rio de Janeiro and Curitiba. At the end of the study, it is observed that the family of origin may negatively influence the marriage of the children in the absence or excessive

¹ Psicóloga clínica, Terapeuta de Família e Casal, Mestranda em Psicologia Social da Universidade Estadual do Rio de Janeiro (UERJ). Contato: aline.mussumeci@gmail.com

² Professora Adjunta do Instituto de Psicologia da UERJ. Contato: ednaponciano@uol.com.br.

proximity, and positively with emotional and / or financial support, care of grandchildren and help with homework.

Key words : *coping / dyadic coping*, marital , life cycle , family of origin.

INTRODUÇÃO

A escolha por uma vida a dois instaura o desafio da constituição de um novo sistema, a partir das experiências advindas das famílias de origem e de experiências pessoais. Segundo Carter e McGoldrick⁽¹⁾, o casamento transforma o relacionamento de uma união privada para uma união formal de duas famílias. A constituição do casal e o relacionamento conjugal são permeados por momentos de mudanças, situações de estresse, que podem interferir, positiva ou negativamente, no bem-estar conjugal. Desse modo, o relacionamento conjugal não é o mesmo ao longo da vida do casal, transformando-se segundo as mudanças pessoais e familiares. Cada cônjuge vive momentos de estresse individuais e os relacionados ao ciclo de vida do casal.

Nesta perspectiva, propomo-nos a refletir sobre a questão da conjugalidade ao longo do ciclo de vida, mais especificamente *coping* diádico ao longo do ciclo conjugal. Apesar da importância do tema no estudo da conjugalidade, é um assunto pouco abordado nas pesquisas e trabalhos científicos. Nas bases de dados nacionais e internacionais foram encontradas poucas pesquisas sobre o tema *coping* diádico⁽²⁾. No entanto, não foi encontrado nenhum artigo ou trabalho que abordasse especificamente o tema *coping* diádico ao longo do ciclo de vida.

Estudos sobre terapias de casal na Europa demonstram que ter uma boa relação afetiva é um fator que influencia o nível de bem-estar e felicidade⁽³⁾. O relacionamento conjugal pode ser vivenciado como um “continente” para os cônjuges, quando enfrentam situações estressantes.

Assim, os cônjuges desenvolvem alternativas próprias para lidarem com as novidades, positivas ou não, e as frustrações, como também desenvolvem diversas maneiras de adaptação às mudanças⁽⁴⁾. Utilizamos os conceitos de *coping*^(5,6), para refletir sobre as alternativas que os cônjuges elegem para administrar as novidades e as dificuldades da vida, definindo-o como um processo cognitivo, emocional e comportamental utilizado pelos indivíduos e pelos casais – e o de *coping* diádico⁽²⁾ para lidarem com situações de estresse. Acreditamos que fatores como a personalidade, o *background* familiar e as vulnerabilidades já experimentadas pelo casal, antes mesmo do casamento, moldam e afetam a forma como os mesmos vão enfrentar os eventos estressantes. As variações na maneira como os cônjuges

individualmente lidam com esses eventos podem afetar o modo de lidar enquanto casal.

O gerenciamento das situações estressantes da vida dificilmente acontece isoladamente. As relações íntimas são constituídas pela interdependência entre as pessoas e as estratégias de *coping* e as experiências de estresse são permeadas pela intersubjetividade de ambos os parceiros. A dinâmica interpessoal possibilita uma maior fluidez nas respostas emocionais. Neste sentido, o processo de *coping* diádico possibilita ao casal compreender que há diversas estratégias para lidar com os momentos de estresse e não precisam ser rígidas.

Bondenman e Shamtimath⁽⁷⁾ afirmam que os casais podem desenvolver estratégias de *coping* diádico positivas ou negativas. As estratégias positivas são: *coping* diádico de suporte (apoio com tarefas diárias, conselhos práticos, compreensão empática, ajudando o parceiro a reformular a situação, comunicando-se a crença na capacidade do parceiro, ou expressar solidariedade ao parceiro); *coping* diádico em comum (resolução conjunta de problemas, partilha de sentimentos, compromisso mútuo); e *coping* diádico delegado (um parceiro está explicitamente impelido pelo outro a dar apoio e, como resultado, uma nova divisão das tarefas é estabelecida, como quando um dos parceiros assume tarefas para o outro). As estratégias de *coping* negativas se dividem em: *coping* diádico hostil (apoio que é acompanhado por depreciação, distanciamento, sarcasmo, desinteresse aberto, ou minimização da gravidade do estresse do parceiro); *coping* diádico ambivalente (quando um dos parceiros apoia o outro sem querer ou mediante contribuição); *coping* diádico superficial (suporte que não é sincero, como fazer perguntas sobre os sentimentos do parceiro sem escuta, ou apoiar o parceiro sem empatia).

Entendemos que há maior capacidade de negociar e resolver conflitos amigavelmente, quando o casal desenvolve boas estratégias de *coping*. Além disso, pode ajudar na solução de problemas cotidianos, os quais, se não resolvidos, podem gerar diminuição da intimidade do casal, aumento de sentimentos negativos e, conseqüentemente, diminuir o bem-estar.

As estratégias de *coping*, sejam individuais ou diádicas, que os cônjuges elegem diante dos acontecimentos de estresse, lhes dão capacidade para encarar barreiras, gerenciar melhor a crise e colaborar no aumento da resiliência conjugal. A experiência de uma conjugalidade satisfatória permite uma forma de proteção ao

estresse diário e certamente influencia o nível da resiliência individual e familiar. Logo, os parceiros resilientes demonstram recursos e capacidades que lhes possibilitam enfrentar melhor os desafios e amadurecer com essas experiências ⁽⁸⁾.

Neste trabalho, almejamos discutir as estratégias de *coping/ coping* diádico, as repercussões na conjugalidade, incluindo a relação com a família de origem considerando a importância de conhecermos as estratégias desenvolvidas pelo casal e buscando refletir sobre o funcionamento conjugal nas primeiras fases do ciclo de vida familiar. Para que se atinja o objetivo deste trabalho, apresentamos trechos das entrevistas feitas com casais heterossexuais das cidades do Rio de Janeiro e de Curitiba, focando as duas primeiras fases do ciclo de vida, a constituição do novo casal e o nascimento do primeiro filho.

O ciclo de vida familiar aborda os fenômenos previsíveis e imprevisíveis da vida ao longo do tempo, como um processo de expansão, contração e realinhamento do sistema de relacionamentos para suportar a entrada, a saída e o desenvolvimento dos membros da família, assim como assimilar variados acontecimentos. O conceito de ciclo de vida familiar enriqueceu as formulações sistêmicas sobre família ⁽⁹⁾, englobando os sintomas e as disfunções em relação ao funcionamento normativo ao longo do tempo, envolvendo aspectos sócio-histórico-econômicos e culturais. No âmbito da terapia familiar, este conceito foi desenvolvido por vários estudiosos ^(10,11,4), permitindo identificar etapas vivenciadas pelas famílias, numa dimensão temporal, de acordo com critérios, tais como idade dos pais, idade dos filhos e tempo de união de um casal.

Numa perspectiva da Psicologia do Desenvolvimento, Baltes ^(12,13) define o desenvolvimento como um processo contínuo, multidimensional e multidirecional de mudanças, conduzido por influências genético-biológicas e socioculturais, de origem normativa e não-normativa, ganhos e perdas concorrentes e por interatividade entre o indivíduo e a cultura Neri⁽¹⁴⁾. O autor distingue no ciclo vital a sequência de mudanças previsíveis, as influências normativas que tendem a ocorrer na mesma época e com a mesma duração para a maioria dos indivíduos, e não-previsíveis, as influências não-normativas, que não afetam todos os indivíduos de um grupo etário ao mesmo tempo. Portanto, a família e o indivíduo se desenvolvem conforme uma sequência de eventos com alguns episódios considerados esperados, e outros, imprevisíveis. Essas mudanças imprevisíveis apresentam novos desafios e novas reorganizações, tanto para a família quanto para o indivíduo que se afetam

simultaneamente. A longo prazo, os efeitos destas mudanças dependem do significado do evento para o indivíduo, sua condição de *coping* e seus efeitos sobre o *status* funcional, os papéis sociais e o senso de identidade.

Alguns casamentos, mais do que outros, são mais propensos ao enfrentamento positivo de eventos estressantes. A dificuldade de responder satisfatoriamente às mudanças, às crises e aos momentos de estresse do cotidiano e do próprio ciclo de vida familiar precipita problemas para os casais ⁽¹⁵⁾. O enfrentamento deficiente pode perpetuar ou agravar os eventos estressantes, enquanto o enfrentamento eficiente pode ajudar a aliviá-los.

Karney e Bradbury ⁽¹⁶⁾ apontam alguns fatores que influenciam as formas de *coping*: recursos psicológicos disponíveis de cada cônjuge, padrões de funcionamento intergeracionais, que são herdados pela díade conjugal, expectativas dos eventos e as vulnerabilidades dos cônjuges. Por conseguinte, as origens e as características que os cônjuges trazem para o casamento podem afetar significativamente os processos adaptativos diante de situações estressantes. Estudos sobre a caracterização e a avaliação da qualidade do laço conjugal consideram a importância do momento do ciclo de vida familiar em que se encontra o casal, partindo-se da ideia de que é praticamente impossível estudar aspectos do casamento e da relação amorosa sem considerar os conceitos relativos à dinâmica familiar ⁽¹⁷⁾. Analisar a família, a partir das etapas do ciclo vital, nos auxilia a analisar os processos esperados e previsíveis do desenvolvimento humano, inclusive processos críticos que acarretam transformações pessoais e do sistema relacional. Permite-nos perceber que há uma alteração intuitiva nos casais e nas famílias, adequando-se a cada momento específico que estão vivendo ⁽¹⁸⁾.

Em geral, o estresse familiar é maior nos pontos de transição de uma fase para a outra, no processo de desenvolvimento familiar, e os sintomas tendem a emergir quando há uma interrupção ou deslocamento no ciclo de vida familiar. Partimos da concepção tradicional de ciclo vital familiar, dividido em seis etapas, proposta por Carter e McGoldrick ⁽¹⁾ com base numa família de classe média norte-americana, estruturada e normatizada, para fazer um paralelo com o ciclo de vida conjugal, dividido cinco etapas, adaptando e identificando as mudanças contemporâneas na família, ao enfatizar a centralidade do casal e as fontes de estresse de cada momento. Para essa discussão, ressaltamos o tema família de

origem e sua participação nos momentos de estresse do casal nas duas primeiras fases do ciclo de vida.

A constituição do novo casal e o relacionamento com a família de origem de cada parceiro/a é um momento inicial da formação do sistema familiar, que tende a moldar as formas de *coping* diádico ao longo do ciclo de vida. No primeiro momento, ocorre o início do sistema conjugal e o realinhamento dos relacionamentos com as famílias de origem e os amigos, para incluir cada cônjuge. O casal constrói as suas próprias regras, a partir da elaboração das regras das duas famílias de origem, o que pode gerar conflitos.

É comum acreditar que os primeiros anos de casamento sejam marcados por altos níveis de satisfação conjugal ⁽¹⁹⁾. Entretanto, o início do casamento exige dos cônjuges uma capacidade de adaptação maior, derivada dos contrastes entre o que se espera da relação e o que ela apresenta na realidade. Daí, podem surgir as primeiras frustrações e dificuldades dos cônjuges em lidar com elas.

O nascimento do primeiro filho é um segundo momento de estresse, que pode incluir a família de origem facilitando ou dificultando essa passagem do sistema conjugal ao parental. Essa fase requer a união do casal para as tarefas financeiras, domésticas, a educação dos filhos e o realinhamento dos relacionamentos com a família de origem. Com a chegada do novo membro, há a renegociação das regras do sistema, que estavam estabilizadas ^(1,20).

Entendemos que para se pensar a díade conjugal devem ser considerados os padrões familiares, o contexto cultural e o momento histórico no qual os cônjuges estão inseridos, e tais fatores podem refletir a forma como o indivíduo irá compreender e vivenciar sua conjugalidade. Carter e McGoldrick ⁽¹⁾ apontam que o fluxo de estresse em uma família se dá de forma “vertical” e “horizontal”. A dimensão vertical remete aos padrões de relacionamento e funcionamento repassados para as gerações seguintes de uma família, principalmente pelo mecanismo de triangulação emocional. Esse conceito se refere a uma configuração emocional entre três pessoas, sendo que o processo geral de triangulação envolve um par e um terceiro. A família pode ser entendida como uma complexa rede de triângulos, alguns rígidos e constantes, outros flexíveis e cambiantes ⁽¹⁰⁾.

O fluxo vertical abarca os tabus, expectativas, rótulos e os legados familiares. Já a dimensão horizontal engloba a ansiedade ocasionada pelos estresses vivenciados pela família, no decorrer do tempo, incluindo as mudanças e transições

do ciclo de vida, os eventos previsíveis e imprevisíveis ⁽¹⁰⁾. Para as autoras, o grau de ansiedade gerada pelo estresse, nas dimensões vertical (transgeracional) e horizontal (desenvolvimental), nos pontos em que eles convergem, é o que determina como a família irá manejar suas transições ao longo da vida, ou seja, embora toda mudança normativa tenha seu caráter estressante, quando o estresse horizontal faz intersecção com o vertical há um aumento significativo de ansiedade no sistema. Assim, quanto maior a ansiedade gerada na família, em qualquer ponto de transição, mais difícil ou desadaptativa será a transição.

Neste sentido, destacamos a presença e o funcionamento da família de origem na vida do casal. Cada casal é considerado uma síntese de duas diferentes histórias familiares, demandando a inclusão deste aspecto no estudo da qualidade conjugal. Estudos publicados recentemente revelam a importância e a associação positiva entre o suporte social dos membros da família e a qualidade conjugal ⁽²¹⁾.

Estudos apontam que a qualidade das relações com as famílias de origem funciona como uma fonte de apoio para o casal e como preditor de satisfação conjugal ⁽²¹⁾. As famílias de origem são um importante ponto de referência de rede social do casal e os casais infelizes são mais isolados do que os casais felizes ⁽²²⁾.

Além disso, pesquisas revelam que o padrão de relacionamento conjugal dos filhos pode estar relacionado ao funcionamento conjugal da família de origem dos cônjuges. O divórcio dos pais aumenta a probabilidade de que seus filhos venham a se divorciar ^(23,24) e os resultados da qualidade conjugal dos pais se correlacionam com a qualidade conjugal de seus filhos, uma década mais tarde ⁽²⁵⁾. Numa amostra de 232 casais em que os cônjuges estavam no 1º casamento, as mulheres de famílias divorciadas relataram mais ambivalência, conflito, menos confiança e satisfação no relacionamento atual do que as mulheres de famílias intactas. Concluiu-se que as diferenças individuais e experiências na família de origem, especificamente, têm implicações importantes para união e a visão de casamento dos filhos ⁽²⁵⁾.

O reconhecimento dessas associações intergeracionais nos remete à influência dos efeitos do ambiente familiar na qualidade conjugal dos filhos. Amato e DeBoer ⁽²⁶⁾ demonstram que o comportamento conjugal tem uma associação entre a discórdia conjugal dos pais e os pensamentos de divórcio dos filhos. Os cônjuges provenientes de famílias de origem marcadas por maior insatisfação entre os pais

são mais propensos a relatar comportamentos disruptivos em seus próprios casamentos e expressar mais dúvidas sobre o futuro do seu casamento.

MÉTODOLOGIA

As entrevistas são da pesquisa de mestrado da primeira autora, orientada pela segunda autora, na qual foram feitas 10 entrevistas qualitativas seguindo um roteiro e sendo gravadas em áudio e em vídeo, com assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido com casais heterossexuais de famílias intactas, casados por tempo variado, de qualquer idade, sem ou com filhos de idades e gênero variados, de classe média do Rio de Janeiro e de Curitiba. Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética, em 17/07/2015, sob registro número 43139415.6.0000.5282. Os casais serão identificados como M e H, seguido por um número.

Para a apreciação do material coletado na entrevista, é utilizada a análise de conteúdo ⁽²⁸⁾.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir da leitura e análise do discurso dos entrevistados, observamos que nas fases iniciais do ciclo de vida, existem momentos de estresse que estão atrelados às questões com a família de origem e à adaptação ao nascimento do 1º filho, nos quais o casal estabelece estratégias de *coping*, que afetam o bem estar conjugal.

Alguns casais entrevistados relataram a ausência ou a proximidade da família de origem como um dos momentos estressantes do casamento, remetendo à “separação” da família de origem ou à intromissão dos pais a conflitos e sentimentos negativos.

O casal 1 conta que quando moravam na cidade da família de M1 havia uma relação simbiótica entre M1 e sua família e, mesmo após o casamento, M1 continuou fazendo as mesmas atividades de quando era solteira. Quando mudaram para a cidade da família de H1, a mãe de H1 se intrometia muito no casamento, trazendo estresse para o casal. Os cônjuges explicaram que com o tempo encontraram estratégias para lidar com as fronteiras entre a família nuclear e a família de origem.

"Os pontos negativos seriam a proximidade da família". (H1)

"Eu continuei um pouco casada com a família, exercitando as mesmas funções que eu tinha, antes de estar casada e isso dificultou um pouco o início do casamento.(...) Minha sogra se metia muito (...). Fomos amadurecendo,(...) aceitando que a gente tinha que se distanciar, que não podia deixar a família se meter muito, aí a gente foi melhorando, fomos aprendendo a lidar com isso, não sair de longe da família, a gente aprendeu a lidar com a proximidade". (M1) M5 retrata a sua dificuldade de se distanciar fisicamente da sua família de origem ao estabelecer uma vida a dois com seu marido. Demonstra sua preocupação com a saúde dos pais e ainda o seu sofrimento, enquanto filha única, de não estar mais presente constantemente na vida deles, principalmente em relação à sua mãe.

"A separação dos meus pais (...) Eu sou filha única então, sempre morei com meus pais, e me preocupo com eles. Então vir para cá e ficar longe da minha mãe, fiquei muito preocupada com ela. Com meu pai também, mas minha mãe, uma tosse dela eu estava ali do lado. Então eu chorei muito, sofri muito com isso". (M5)

O casal pontua que enfrentaram junto esse momento de estresse, H5 expressa claramente *coping* diádico positivo de suporte ⁽⁷⁾: *" Para mim foi só difícil para... porque tem aquela questão do casal, né? Nós somos uma pessoa só, né? Qualquer coisa que ela sinta, eu também vou sentir, também para mim não foi fácil, foi difícil. Por conta dela sofrendo, eu também sofri". (H5)*

Outros cônjuges relacionaram a família de origem a fatores positivos, tais como apoio emocional e/ou financeiro, cuidado com os netos e auxílio nas tarefas de casa, ou seja, a família de origem representando um suporte para os cônjuges, nos primeiros períodos do ciclo de vida ⁽²¹⁾. O casal 6 lembra de um momento de muito estresse no casamento: foi uma crise financeira séria que passaram em Curitiba. M6 menciona que não pediu ajuda a sua família do Rio de Janeiro, mas seu pai descobriu e lhe deu suporte financeiro durante um tempo, até a situação melhorar. *"Meu pai me ajudou (...). É que minha irmã falou pra ele que eu estava passando por dificuldade. Aí passou a me dar (...) uma mesadinha". (H6)*

M8 relata que a mãe lhe ajuda muito ao cuidar de seus três enquanto ela e o marido trabalham, que não teria coragem de deixá-los com outra pessoa por falta de confiança. Considerando que as famílias de M8 e H8 residem em outras cidades, sua mãe é a única representante da família de origem e funciona como principal fonte de apoio do casal, no cuidado com os filhos.

"É meio que a gente não consegue se distanciar porque ela (mãe de M8) é importante. Hoje, ela cuida dos meus filhos enquanto eu estou trabalhando (...). Eu prefiro deixar com ela". (M8)

M3 explica que houve um momento da vida do casal, no qual precisaram mudar de cidade e não tinham condições, a princípio, de levar a filha pequena. Contaram com o auxílio dos pais de M3, que ficaram com a neta durante 2 meses.

"Tudo bem, a gente deixa a P (filha) aqui. Ficam com papai e mamãe, porque ela se dá muito bem com os avós (...), sempre fazendo todas as vontades para ela(...). Minha mãe e meu pai foram incansáveis com ela e conosco". (M3)

Esses relatos corroboram as pesquisas que constataram que a família de origem funciona para o casal como uma fonte de apoio e ponto de referência de rede social ^(21,22). Desse modo, demonstram a relevância de analisar a família de origem à medida que impacta significativamente os momentos de estresse.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A conjugalidade é permeada por momentos de mudanças, estresse e desafios, desde a sua constituição. Os cônjuges estabelecem estratégias próprias para lidarem com as frustrações e as dificuldades que surgem no ciclo de vida, como também definem diversas maneiras de adaptação às mudanças. Percebemos que a forma como os cônjuges lidam com essas situações, e a maneira como a família de origem se inclui nestes momentos, pode facilitar ou dificultar esse processo, trazendo repercussões para o bem-estar conjugal.

Assim, a compreensão da dinâmica conjugal e a participação da família de origem nas primeiras fases do ciclo de vida pode se constituir num subsídio relevante para a prática clínica com casais e famílias, identificando alguns dos problemas vividos no cotidiano, que afetam a relação conjugal e a saúde emocional de todos os envolvidos. Concluímos que *coping* diádico ao longo do ciclo de vida conjugal é um tema novo, que possibilita refletir sobre questões importantes do desenvolvimento humano, tais como vida a dois, relação com a família de origem, o ciclo de vida, a chegada do primeiro filho e o bem estar conjugal. Acreditamos ser importante analisar, em pesquisas futuras, a influência da família de origem nos padrões de funcionamento conjugal, as expectativas conjugais dos filhos e as

repercussões para a qualidade conjugal, especificando os tipos de *coping* diádicos utilizados pelo casal.

REFERÊNCIAS

1. Carter B, McGoldrick M. As mudanças no ciclo de vida familiar: uma estrutura para a terapia familiar. Porto Alegre (RS): Artes Médicas, 2001.
2. Bodenmann G. Dyadic coping and its significance for marital functioning. In Reverson TA, Kayser K, Bodenmann G (Eds), *Couples coping with stress: Emerging perspectives on dyadic coping*. Washington DC: American Psychological Association. 2005, 33-50.
3. Costa ME. À procura da intimidade. Porto, Portugal :Edições Asas, 2005.
4. Minuchin S. *Famílias: Funcionamento & Tratamento*, Porto Alegre: Artes Médicas, 1990.
5. Lazarus R, Folkman S. *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer, 1984.
6. Antoniazzi A, Dell'Aglio D, Bandeira D. O conceito de *Coping*: Uma revisão teórica. *Estudos de Psicologia*. 1998; 3, 273-294.
7. Bondenman G, Shamtimath, SD. The Couples Coping Enhancement Training (CCET): A New Approach to Prevention of Marital Distress Based Upon Stress and Coping. *Family Relations*. 2004; 53, 477-484.
8. Pires, ARA. *Coping* Diádico e Satisfação Conjugal: Um estudo em Casais Portugueses Dissertação de Mestrado, Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, Portugal, 2011.
9. Nichols MP, Schwartz RC. *Terapia Familiar: Conceitos e Métodos* Porto Alegre: Artes Médicas, 2003.
10. Bowen M. *Family therapy in clinical practice*. New York: Jason Aronson, 1978.
11. Minuchin S. *Families and Family Therapy*. Boston: Harvard University Press, 1974.
12. Baltes PB. Theoretical Propositions of Life-Span Developmental Psychology: On the Dynamics Between Growth and Decline. *Developmental Psychology*. 1987, 2(5), 611-626.
13. Baltes PB. On the Incomplete Architecture of Human Ontogeny: Selection, Optimization, and Compensation as a Foundation of Developmental Theory. *American Psychologist*. 1997, 52, 366–380.

14. Neri AL. O legado de Paul B. Baltes à Psicologia do Desenvolvimento e do Envelhecimento. *Temas em Psicologia*. 2006, 14(1) 17-34.
15. Neff LA, Karney BR. How does context affect intimate relationships? Linking external stress and cognitive processes within marriage. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 2004, 30,134-148.
16. Karney BR, Bradbury TN. The Longitudinal Course of Marital Quality and Stability: A Review of Theory, Method, and Research. *Psychological Bulletin*. 1995, 118 (1), 3-34.
17. Féres-Carneiro T. Construção e dissolução do laço conjugal na psicoterapia de casal. In: T. Féres-Carneiro (org.), *Família e casal: arranjos e demandas contemporâneas*. Rio de Janeiro: PUC-Rio/Loyola, 2003, 201-214.
18. Menezes C, Lopes RCS. Relação conjugal na transição para a parentalidade: gestação até dezoito meses do bebê. *Psico-USP*. 2007, 12(1) 83-93.
19. Lima RA, Alves ICA. As particularidades da (in)satisfação conjugal antes e depois da chegada dos filhos. *Boletim Academia Paulista de Psicologia*. 2010, 30(79), 424-439.
20. Hernandez JAE, Hutz, CS. Transição para a parentalidade: ajustamento conjugal e emocional. *Psico*, 2009, 4,414-421.
21. Scabini, E, Cigoli V. *Family identity. Ties, symbols, and transitions*. Mahwah, NJ: Erlbaum, 2006.
22. Bertoni AK, Bodenman G. Satisfied and Dissatisfied Couples Positive and Negative Dimensions, Conflict Styles, and Relationships With Family of Origin. *European Psychologist*. 2010, 15(3), 175–184.
23. Amato PR. Explaining the intergenerational transmission of divorce. *Journal of Marriage and the Family*. 1996, 58, 628–640.
24. Feng D, Giarusso, R, Bengston V, Frye N. Intergenerational transmission of marital quality and marital instability. *Journal of Marriage and the Family*. 1999, 61, 451–463.
25. Amato PR, Booth A. *A generation at risk: Growing up in an era of family upheaval*. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1997.
26. Jacquet SE, Surra CA. Parental divorce and premarital couples: Commitment and other relationship characteristics. *Journal of Marriage and Family*. 2001, 63, 627–638.
27. Amato PR, DeBoer DD. The transmission of marital instability across generations: Relationship skills or commitment to marriage? *Journal of Marriage and Family*. 2001, 63, 1038–1051.

28. Bardin L. Análise de conteúdo. Lisboa: Edição Setenta, 2008.