

AS PRINCIPAIS HABILIDADES SOCIAIS PARA A SATISFAÇÃO CONJUGAL

Kassia Daneska Ramos*
Dagmar Mena Barreto**
Jorgiana Baú Mena Barreto***

Resumo

O exercício diário praticado pelos casais para manter uma boa relação é de interesse da sociedade. O papel do cônjuge dentro do relacionamento e fora dele sugere ser um fator essencial para a qualidade de vida do indivíduo, do casal e da sociedade. Entende-se relevante discutir quais principais habilidades sociais devem ser desenvolvidas para a satisfação conjugal, em que se sugere que a empatia, a assertividade e a comunicação entre o casal têm a função de moldar um casamento duradouro e satisfatório. O objetivo neste trabalho foi avaliar quais são as principais habilidades sociais desenvolvidas por casais proprietários de supermercado no Município de Ouro, SC. Para a realização da pesquisa, foi utilizado o instrumento (Inventário de habilidades sociais conjugais (IHSC) e um questionário elaborado pelos pesquisadores. Os resultados encontrados indicaram um déficit de habilidades conjugais, e denota-se que isso influencia na relação conjugal, e os homens tendem a julgar o relacionamento de forma mais empática que as mulheres. Palavras-chave: Habilidade social. Satisfação conjugal. Relacionamento. Empatia. Assertividade.

1 INTRODUÇÃO

A relação conjugal nos dias atuais é uma incessante busca de organização de papéis. Conciliar o aprendizado de ser um excelente cônjuge, um ótimo pai/mãe e ainda um profissional de sucesso exige o desenvolvimento de alguns comportamentos para que esse processo tenha êxito.

O número de horas fora do ambiente familiar está aumentando conforme a necessidade da sociedade moderna, o que tem se tornado um fator agravante, porque impede que os membros se relacionem, desenvolvam atividades juntos e enfrentem problemas de forma saudável em conjunto.

Neste trabalho, tem-se como objetivo avaliar as principais habilidades sociais desenvolvidas pelos casais proprietários de supermercado no município de Ouro, SC, e a satisfação conjugal deles, bem como descrever quais fatores influenciam na satisfação conjugal dos casais entrevistados, além de analisar os fatores relacionados com a durabilidade dos casamentos nos dias atuais.

É objeto de estudo da Psicologia compreender e identificar os comportamentos que aprimoram as relações conjugais. Os indivíduos envolvidos na relação são resultados da sociedade e, ao mesmo tempo, sofrem influências e a influenciam de alguma maneira. O casal é um pequeno núcleo social que influencia um grande grupo social.

As famílias constituídas no século XXI são adaptadas a uma rotina diferenciada das famílias do século XX, em que a mãe fazia o papel de dona do lar e agora divide espaço com a rotina conturbada da vida contemporânea, assim, precisando conciliar a vida dentro e fora do ambiente familiar (WALSH, 2002 apud DINIZ; PERLIN, 2005).

O casal passa por grandes mudanças no relacionamento, entre elas duplicidade de papéis, desenvolvimento pessoal, revolução sexual, a busca por melhores resultados na vida profissional, inserção da mulher em cargos de maior destaque do que os homens, a terceirização da paternidade, enfim, passam mais tempo fora do ambiente familiar do que desfrutando momentos em família.

* Graduanda do Curso de Psicologia da Universidade do Oeste de Santa Catarina de Joaçaba; kassiapsy@hotmail.com

** Mestre em Educação pela Universidade Federal de Santa Catarina; Docente da Universidade do Oeste de Santa Catarina de Joaçaba; dagmar.barreto@unoesc.edu.br

*** Mestre em Psicologia pela Universidade Federal de Santa Catarina; Docente da Universidade do Oeste de Santa Catarina de Joaçaba; Jorgiana.bau@unoesc.edu.br

Ser flexível com os problemas que aparecem na rotina do casal é fundamental para o desenvolvimento saudável da relação, considerando que os casais estão evoluindo juntamente com o ritmo social, faz com que os problemas conjugais sejam adaptados conforme a evolução social, entre os quais se destacam a falta de tempo, o estresse, os medos e angústias impostos pela rotina de vida atual. Assim, deve-se observar qual a proporção de problemas, se estes realmente devem ser levados para a relação como prioridade de discussão ou se apenas devem ser deixados aonde eles começaram.

As habilidades sociais são um conjunto de comportamentos emitidos pelo indivíduo em uma relação interpessoal, em que se possa expressar sentimentos, desejos, direitos e deveres. Na relação conjugal, as habilidades sociais que permeiam são empatia e assertividade e têm o papel não apenas de superar problemas, mas também de prevenir que mais dificuldades venham a comprometer o bem-estar conjugal (FALCONE, 2001 apud FALCONE; FERREIRA; SARDINHA, 2009).

A satisfação conjugal reflete em diversos fatores na sociedade, melhorando o relacionamento dos membros com as demais pessoas com as quais convivem, auxiliando no desempenho do trabalho, na autoestima individual e na qualidade de vida do casal e, ainda, auxiliando na melhor formação dos filhos. Um casal bem resolvido consegue ajudar na educação do filho de forma efetiva, valorizando o âmbito familiar e fazendo com que a presença de todos seja valorizada.

2 RELAÇÃO CONJUGAL: ASPECTOS CONJUGAIS

Manter um relacionamento não é nem um pouco fácil, considerando-se a rotina na qual as famílias vivem, em que homens e mulheres precisam dividir a carreira profissional com o papel de cônjuge. Essa multiplicidade nem sempre consegue ser vivenciada de forma saudável, em alguns casos pode trazer os problemas de um ambiente para o outro. Os casais acabam sentindo no cotidiano o peso da multiplicidade e da sobrecarga dos papéis impostos por um estilo de vida que tenta conciliar vida pessoal, conjugal, familiar e as demandas do mundo do trabalho (WALSH, 2002; JABLONSKI; PERLIN, 2001 apud DINIZ; PERLIN, 2005).

A mudança no quadro social nos últimos 30 anos tem como uma das principais características a entrada da mulher na economia, a qual não vem acompanhada de um entendimento cultural. Esse papel de dividir tarefas, “ela fica em casa e ele trabalha fora” limita as tarefas de ambos, acarretando dificuldades de enfrentamento de situações rotineiras. A divergência entre os horários de trabalho dificulta o encontro de casais, esses casos acontecem quando um dos parceiros trabalha durante o dia e outro durante a noite e faz com que ambos não compartilhem atividades cotidianas importantes na relação conjugal (PAPP, 2002).

As famílias cada vez mais buscam manter os valores, os padrões morais e uma estrutura conjugal na qual as expectativas emocionais sejam supridas e valorizadas em meio à vida contemporânea (DINIZ; PERLIN, 2005).

Os comportamentos são fortemente influenciados por diversos fatores, como a fase em que o casal se encontra em seu ciclo de vida de casamento, as dinâmicas individuais e de casal, o sistema de valores e o ambiente socio-cultural em que a relação ocorre, esses são fatores predominantes na avaliação (ANDOLFI, 2002).

Ainda assim passam pelas mudanças existentes nos quadros sociais, em que a rotina já é caracterizada pelo desenvolvimento da sociedade, e os quais exigem mais dos membros familiares. Essas mudanças citadas por Diniz e Perlin (2005), em que os indivíduos são forçados a adequarem-se às transformações sociais, são as exigências do mercado de trabalho, a valorização do crescimento individual, da independência financeira e da flexibilidade no exercício dos papéis de gênero.

É importante potencializar o melhor que ambos podem oferecer, assim, mantendo o relacionamento forte para ultrapassar dificuldades rotineiras:

É justamente na relação entre homem e mulher que se cria espaço e clima para que a experiência de intimidade se realize e se expresse ao máximo. Uma relação contínua, em que um se importa com o outro, em que ambos se desejam, se acolhem, se respeitam e se nutrem, tudo para que a individualidade de cada um se expanda, em coexistência com um “nós” afetuoso e forte. (ANTON, 2000, p. 31)

É necessário considerar a bagagem a qual o casal vivenciou e ainda vivenciam, os momentos que marcaram a trajetória conjugal, as decisões que tomaram juntos, as primeiras dificuldades enfrentadas na relação. Anton (2000) pontua vários elementos que caracterizam uma relação feliz: a capacidade de compartilhar momentos, ideias e sentimentos, de acolher com genuíno interesse e carinho, de assumir responsabilidade por si mesmo e pela sua parte na relação, contribuindo para que ela se desenvolva e enriqueça; a empatia, a compreensão, o respeito e o amor; a capacidade de elaborar seus próprios conflitos e de aproveitar a experiência passada nas vivências presentes; a criação e a preservação de um espaço para a realização individual; o interesse sincero no desenvolvimento do parceiro (ANTON, 2000, p. 32).

2.1 HABILIDADES SOCIAIS E SATISFAÇÃO CONJUGAL

Manter uma relação conjugal satisfatória exige que ambos desenvolvam habilidades sociais de interação, que devem ser resgatadas ou desenvolvidas ao longo da relação conjugal. Conforme Parker (2002), é necessário adquirir as seguintes habilidades: desenvolver capacidade para lidar com conflitos; consultar o parceiro na tomada de decisões; manter uma boa comunicação e cultivar valores como confiança, respeito e compreensão e equidade, desenvolver a intimidade sexual e psicológica (PAKER, 2002 apud FALCONE; FERREIRA; SARDINHA, 2009).

Um comportamento habilidoso corresponde a um:

Conjunto de comportamentos emitidos por um indivíduo em um contexto interpessoal que expressa sentimentos, atitudes, desejos, opiniões ou direitos deste indivíduo, de um modo adequado à situação, respeitando estes comportamentos nos outros e que geralmente resolve os problemas imediatos da situação minimizando a probabilidade de problemas futuros. (CABALLO, 1991 apud FALCONE; FERREIRA; SARDINHA, 2009, p. 2).

O conjunto de habilidades necessárias para um bom relacionamento social inclui diferentes classes e subclasses, como habilidade de comunicação, assertividade, empáticas, de civilidade, de expressividade emocional, de trabalho, etc. (DEL PRETTE; DEL PRETTE, 2001 apud FALCONE; FERREIRA; SARDINHA, 2009).

Essas habilidades sociais podem ser ampliadas ao longo do desenvolvimento humano, ou ainda modeladas. Elas são aprendidas e/ou aperfeiçoadas na interação do indivíduo com o meio ambiente. Embora as bases de algumas habilidades sejam inatas (por exemplo, as tendências a comportamentos pró-sociais), o repertório de habilidades sociais começa a ser desenvolvido na infância por meio de diferentes processos de aprendizagem (modelo de pessoas próximas, modelagem social e esquemas de reforçamento), no exercício crescente de novos papéis e assimilação de normas culturais (DELL PRETTE; DEL PRETTE, 1999; HIDALGO; ABARCA, 1992 apud VILLA, 2005).

As habilidades sociais podem ser aperfeiçoadas ou deterioradas, na história de vida das pessoas, dependendo das contingências a que são submetidas (SKINNER, 1989 apud VILLA, 2005).

O conceito de contingência na análise do comportamento é ligado ao entendimento de que quando emitimos uma resposta, e esta resposta é de alguma forma reforçada pelo ambiente, ocorrerá um aumento na probabilidade desta mesma resposta ocorrer no futuro devido a sua consequência reforçadora. *Todo comportamento é determinado, direta ou indiretamente, pelas consequências.* (SKINNER, 1993 apud PEDROSA, 2013).

Esses comportamentos emitidos refletem nas contingências atuais e passadas sendo elas reforço positivo ou negativo e ainda podem ser recuperadas por meio de treinamento ou em terapias (VILLA, 2005).

O comportamento assertivo está ligado à ação do indivíduo diante de alguma situação, à forma como ele se comporta. Esse comportamento assertivo é ativo, direto e honesto, transmitindo uma impressão de autorrespeito e respeito pelos outros (MARTINS, 2005).

Esse comportamento tende a não violar o direito de outras pessoas assim como a assertividade envolve defender os direitos pessoais e expressar pensamentos, sentimentos e crenças de forma honesta, direta e apropriada, sem violar os direitos de outras pessoas (LAGER; JUKUBOWKI, 1976 apud FOLCONE; FERREIRA; SARDINHA, 2002).

Em relação à empatia, entende-se como a habilidade social de comunicação. “[...] caracteriza-se pela habilidade em compreender, de forma acurada, os sentimentos e a perspectiva da outra pessoa, bem como de transmitir entendimento de tal maneira que esta se sinta verdadeiramente compreendida e acolhida” (FOLCONE, 1999 apud FOLCONE; FERREIRA; SARDINHA, 2009).

A empatia também tem a função de prevenção de rompimentos, o poder de reduzir a raiva da outra pessoa, tornando-a mais disponível para ouvir, facilitando o diálogo de entendimento (GOLEMAN; NICHOLS, 1995 apud FOLCONE; FERREIRA; SARDINHA, 2009).

Comportar-se de forma empática na maior parte do tempo, abrindo mão das próprias necessidades, pode levar à insatisfação e frustração. Assim, parece que a promoção de interações agradáveis e de satisfação pessoal consiste na integração das habilidades empáticas e assertivas (FOLCONE; RAMOS, 2005 apud FOLCONE; FERREIRA; SARDINHA, 2009).

A comunicação também se torna um ponto indispensável para a satisfação conjugal, pois esta é um fenômeno complexo, além de sofrer a influência de diversas variáveis, como características de personalidade, valores, atitudes e necessidades, sexo, momento do ciclo da vida familiar, presença dos filhos, nível cultural, trabalho remunerado e experiência sexual antes do casamento. Entretanto, a capacidade de se comunicar pode construir a base dessas variáveis (ARIAS; HOUSE, 1998; DELA COLETA, 1992 apud FOLCONE; FERREIRA; SARDINHA, 2009).

A satisfação conjugal tem relação direta com outros aspectos dentro do casamento, não apenas internos, de elementos não elaborados pelo casal, mas também pela situação real na qual ele vive e a relação deste com o restante da família. A satisfação conjugal é afetada por fatores conscientes e inconscientes, ou seja, aspectos internos da psique. Ela é afetada também por fatores de meio ambiente, como o sexo, o grau de escolaridade, o número de filhos e a presença, ou não, deles dentro de casa, o nível socioeconômico, e o tempo de casamento (FOLCKE; COLS, 2002 apud DINIZ; PERLIN, 2005).

A relação entre o casal, muitas vezes, começa a sofrer influência de fatores externos em que a falta de comunicação gera problemas, frequentemente, não observados por ambos. Em um relacionamento nem sempre aquilo que é avaliado por um como problema é percebido por ambos, o que acarreta problemas ainda maiores. (GARCIA; TASSARA, 2001 apud GARCIA; TASSARA, 2003).

Nesta pesquisa, buscou-se analisar as habilidades sociais conjugais que permeiam o casamento do grupo de amostra, bem como qual a importância desses comportamentos habilidosos para uma relação satisfatória e duradoura.

3 MÉTODO

Trata-se de uma pesquisa qualitativa, isto é, tem caráter exploratório, estimula os entrevistados a pensarem livremente sobre algum tema, objeto ou conceito. Mostra aspectos subjetivos e atingem motivações não explícitas, ou mesmo conscientes, de maneira espontânea. É utilizada quando se busca percepções e entendimento sobre a natureza geral de uma questão, abrindo espaço para a interpretação. É uma pesquisa indutiva, isto é, o pesquisador desenvolve conceitos, ideias, entendimentos a partir de padrões encontrados nos dados (DANTAS; CAVALTANTE, 2014).

Os sujeitos desta pesquisa são casais do Município de Ouro, SC. Os critérios para escolha dos sujeitos foram: que estes fossem casados no civil residentes no Município de Ouro. O grupo participante da amostra é composto por quatro casais de idades variadas (32 a 48 anos de idade), residentes no referido município do Meio-Oeste catarinense, casados legalmente, proprietários de supermercados, onde ambos trabalham juntos.

Como instrumento de pesquisa para a avaliação de habilidades sociais e satisfação conjugal, foi utilizado o instrumento Inventário de habilidades sociais conjugais (IHSC) que é um instrumento de autorrelato constituído de 32 itens que abordam situações do contexto conjugal e o comportamento de um dos cônjuges em relação ao outro nessas situações (DEL PRETTE; VILLA, 2012). Também se utilizou um questionário elaborado pela pesquisadora de acordo com as variáveis: principais habilidades sociais desenvolvidas, fatores que influenciam na satisfação conjugal e os fatores relacionados com a durabilidade dos casamentos.

Após contato com os membros do grupo classificado e qualificação de quais casais que fariam parte da pesquisa, determinaram-se datas e horários para a aplicação do inventário e a realização da entrevista com cada casal. Iniciou-se a qualificação dos resultados encontrados, ressaltando-se a importância da obtenção de dados.

Foram realizadas análises estatísticas descritivas com objetivo de caracterizar o grupo estudado, bem como a análise estatística sobre a relação entre as variáveis encontradas. O procedimento utilizado foi a análise fatorial por meio do método dos componentes principais.

Inicialmente, foram analisados os dados obtidos pelas entrevistas que ponderavam quanto tempo o casal trabalhava junto, se o fato de trabalhar junto ajudava ou atrapalhava no casamento, com que frequência costuma conversar sobre os problemas conjugais, se tem filhos e se estes foram planejados, como considera sua relação cônjuge, se seguem uma religião, qual comportamento gostaria de mudar em seu conjugue, qual comportamento próprio que gostaria de mudar e quais os aspectos que julga mais importante para a durabilidade do casamento.

Posteriormente, foram realizadas análises das variáveis sociodemográficas (idade, sexo, escolaridade, número de filhos e tempo de casamento) e as dimensões do IHSC independentes (expressividade/empatia, autoafirmação assertiva, autocontrole reativo e autocontrole proativo e conversação assertiva).

4 ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS DADOS

Com base nos dados obtidos por meio da pesquisa realizada no município do Meio-Oeste catarinense, foram encontrados resultados relacionados às principais habilidades sociais desenvolvidas pelos casais, bem como a satisfação conjugal com o grupo de amostra.

O casamento e o relacionamento conjugal têm sido temas de diversos estudos no decorrer de décadas, em razão de sua complexidade e, ao mesmo tempo, da sua importância na vida das pessoas e da sociedade. É possível perceber que o relacionamento conjugal se encontra no centro de um emaranhado de relações interdependentes na vida dos cônjuges.

O grupo participante da amostra são quatro casais de idades variadas, 32 a 48 anos de idade, residentes num município do Meio-Oeste catarinense, casados legalmente, proprietários de supermercados e trabalham juntos. Os participantes dessa pesquisa responderam um questionário elaborado pela pesquisadora com o seu orientador, e para obtenção de dados ainda foi utilizado o Inventário de Habilidades Sociais Conjugais (IHSC).

Cerca de 75% dos casais entrevistados têm mais de 20 anos de casamento, todos os casais têm filhos e variam de 1 a 2 por casal, da mesma forma, 37,5% dos casais entrevistados afirmaram que planejaram ter esses filhos, a maior parte dos entrevistados 62,5% afirmou não ter planejado a chegada dos seus filhos.

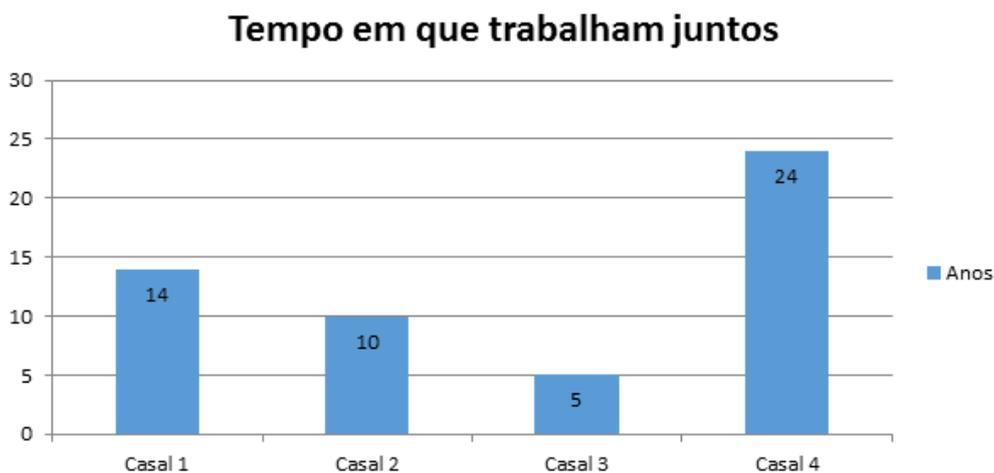
4.1 CARACTERIZAÇÕES DE TEMPO EM QUE OS CÔNJUGES TRABALHAM NA MESMA ORGANIZAÇÃO

Em boa parte das grandes empresas, prevaleceu o mito de que casais não podem trabalhar juntos para que isso não atrapalhe o bom andamento dos negócios, sendo desestimulado, indesejado ou penalizado o relacionamento amoroso entre trabalhadores (BRASIL, 2008).

A pesquisa realizada pela *International Stress Management Association (Isma)* demonstrou que as pessoas tendem a render mais quando trabalham juntas, pois dedicam um tempo maior ao trabalho, lidam mais facilmente com as demandas diárias do cotidiano e apresentam menos conflitos na relação entre trabalho e família. Com a coleta de dados, foi possível identificar que em torno de 80% dos casais participantes da amostra registraram menos exaustão emocional e exposição ao estresse (DIB, 2014).

No Gráfico 1 encontram-se os dados do tempo em que os cônjuges trabalham juntos. É possível identificar a variável entre 10 e 24 anos de trabalho conjugado; os casais trabalham juntos, aproximadamente, 12 horas diárias, todos compartilham a experiência de dividir o papel de liderança dentro de suas empresas o que torna o desafio de desenvolver as habilidades conjugais ainda maior.

Gráfico 1 – Representação do tempo em que os cônjuges trabalham juntos



Fonte: os autores.

Estudos apontam que o casamento de duplo trabalho pode ser um modelo bem-sucedido de relacionamento. O fato de ambos os cônjuges trabalharem fora pode resultar em uma vivência mais equilibrada e funcional da individualidade e da conjugalidade, duas dimensões importantes na manutenção do casamento (DINIZ; PERLIN, 2005).

4.2 PERCEPÇÃO DOS SUJEITOS SOBRE A INFLUÊNCIA DO TRABALHO NO RELACIONAMENTO CONJUGAL

Os dados coletados na pesquisa indicam que a maioria dos entrevistados acredita que o fato de trabalharem juntos ajuda na relação conjugal. Durante as entrevistas, foi possível encontrar respostas que corroboram com esse resultado, acrescentando que o fato de trabalharem juntos torna o diálogo mais presente durante o dia, por mais que os assuntos, muitas vezes, sejam voltados à própria rotina de trabalho.

Tabela 1 – Distribuição de ocorrências e percentuais sobre a influência do trabalho no relacionamento conjugal

Categoria de análise	Porcentagem
Atrapalha	37,50%
Não atrapalha	65,50%
Total	100%

Fonte: os autores.

Julgar a categoria de análise observada na Tabela 1 mostra que a maioria dos casais entende que trabalhar juntos não atrapalha na rotina do casamento. Na coleta de dados, alguns entrevistados pontuam que pode ser um fator facilitador para a relação conjugal.

Na questão que sugere ao cônjuge avaliar seu próprio casamento e julgar se sua relação é: péssima, ruim, regular, boa ou ótima, o resultado foi considerado bom, em que 37,5% dos cônjuges consideram sua relação ótima, da mesma forma, 37,5% consideram sua relação boa e 25% julgam sua relação regular.

Diniz e Perlin (2005) apontam como a satisfação conjugal está relacionada com o estilo de vida adotado por esses casais que trabalham juntos. A satisfação no casamento dos casais de duplo trabalho e dupla carreira tem como defensores alguns pesquisadores, que afirmam que esse estilo de vida levaria a uma maior satisfação, já que os cônjuges têm compreensão dos desafios que cada um enfrenta para lidar com a interação entre o mundo do trabalho e o da família. Assim, podem ser fonte de apoio um para o outro (DINIZ; PERLIN, 2005).

Ao serem questionados sobre religião, se praticavam atos religiosos ou seguiam alguma doutrina em específico, a resposta foi unânime: todos fazem práticas religiosas e todos os entrevistados são católicos. Sobre a importância da religião, Del Prette e Villa (2012) argumentam que a forma como cada um dos cônjuges lida com as demandas

interpessoais do relacionamento conjugal depende, destarte, do seu repertório de habilidades sociais e é afetada por fatores culturais, entre os quais, certamente, suas crenças e valores religiosos. Ainda as autoras relatam que estudos mostram a associação entre envolvimento religioso e redução de comportamentos de risco para o casamento, expectativas positivas em relação à família, ajustamento e satisfação conjugais, minimização de conflitos e aumento da tolerância.

No questionário, ainda, havia, a possibilidade de diagnosticar os comportamentos que seu cônjuge tinha que não agradavam e que acabavam sendo uma complicação na rotina do casal. Dessa forma, observou-se que os principais comportamentos que gostariam de mudar em seu cônjuge se encontram em atitudes, controle financeiro, tomar café da manhã juntos, aumentar o desejo sexual, teimosia, diálogo, estresse e recepção a críticas.

Os comportamentos que os sujeitos julgaram necessário mudar em si mesmos compreendem-se em: ser mais carinhoso, passar mais tempo em casa, evitar a forma agressiva de resolver problemas, aceitar mais a opinião dos outros, ter paciência, reduzir a ansiedade, o estresse e o nervosismo.

4.3 ANÁLISE DO INVENTÁRIO DE HABILIDADES SOCIAIS CONJUGAIS (IHSC)

Nos resultados encontrados por meio da realização do inventário são analisados: expressividade/empatia, autoafirmação assertiva, autocontrole reativo, autocontrole proativo e conversação assertiva.

Para os autores, o conjunto das habilidades necessárias para o bom relacionamento social inclui diferentes classes e subclasses, como habilidades de comunicação, assertivas, empáticas, de civilidade, de expressividade emocional, de trabalho, etc. (DEL PRETTE; DEL PRETTE, 2001).

Na Tabela 2, pode-se verificar a distribuição dos percentuais obtidos a partir do IHSC em relação às variáveis: expressividade, autoafirmação, autocontrole e conversação:

Tabela 2 – Distribuição dos percentuais obtidos a partir do IHSC em relação às variáveis: expressividade, autoafirmação, autocontrole e conversação

Casais	Gênero	Expressividade / Empatia	Autoafirmação Assertiva	Autocontrole Reactivo	Autocontrole Proativo	Conversação Assertiva	Escore total
Casal 1	F	25%	25%	15%	10%	1%	3%
	M	85%	80%	80%	45%	50%	90%
Casal 2	F	30%	75%	25%	30%	15%	10%
	M	7%	15%	50%	65%	30%	15%
Casal 3	F	35%	7%	25%	60%	15%	7%
	M	10%	70%	65%	30%	80%	30%
Casal 4	F	30%	3%	65%	60%	25%	15%
	M	55%	15%	70%	75%	40%	35%
Média		35%	36%	49%	47%	32%	26%

Fonte: os autores.

No Fator 1, indicado pelo instrumento de *Expressividade/Empatia*, a média em percentil de todos os membros participantes foi de 35%, considerada média baixa, relacionada com o escore em que de 25% a 75% é considerado mediano e de 25% a 50% é considerado médio baixo. Esse fator contempla as habilidades de expressar compreensão, sentimento, desejos e opiniões positivas ao cônjuge (elogios, agradecimento, bem-estar) bem como de conversação em situações cotidianas e livre de conflitos. Nesse fator estão contemplados também comportamentos de intimidade do casal (DEL PRETTE; VILLA, 2012). Relacionando com outras pesquisas nas quais o inventário foi utilizado em outras amostras, o valor encontrado é próximo e indicou que quanto maior o índice de expressividade e empatia mais fácil é de manter um relacionamento satisfatório (FALCONE; FERREIRA; SARDINHA, 2009). O percentil mais alto nesse item foi de 85%, encontrado no teste do examinando do sexo masculino do Casal 1.

No Fator 2, indicado pelo instrumento de *Autoafirmação assertiva*, a média em percentil de todos os membros participantes foi de 36%. Esse fator refere-se a comportamentos de expressar preferência, sentimentos e opiniões de maneira assertiva de um cônjuge em relação ao outro, em geral, com algum risco de desagradar ao outro. Esse fato

é bastante útil para avaliar a habilidade em defender o respeito à sua individualidade, quanto à opinião e direitos no contexto conjugal/familiar (DEL PRETTE; VILLA, 2012). O percentil foi similar ao encontrado em outras pesquisas, indica ainda expressão assertiva dos desejos, sentimentos e necessidades, facilita a solução de problemas interpessoais, aumenta o senso de autoeficácia e a autoestima, melhora a qualidade dos relacionamentos e promove a tranquilidade (FALCONE; FERREIRA; SARDINHA, 2009). O percentil mais alto nesse item foi de 80%, encontrado no teste do examinando do sexo masculino do Casal 1.

No Fator 3, indicado pelo instrumento de *Autocontrole reativo*, a média em percentil de todos os membros participantes foi de 49%. Esse fator refere-se a comportamentos em que o cônjuge busca se defender diante de situações potencialmente estressantes (como críticas e brincadeiras do cônjuge, estados emocionais alterados e problemas), mantendo o autocontrole e preservando o relacionamento (DEL PRETTE; VILLA, 2012). Esse fator relacionado com outras pesquisas existentes apresenta que as dificuldades em interpretar o comportamento e os sentimentos do outro levam ao fracasso do relacionamento. Dessa forma, à medida que um indivíduo se expressa satisfatoriamente, seu cônjuge pode atender suas necessidades de maneira mais congruente e esse cônjuge pode, ainda, sentir-se mais satisfeito quando recebe um *feedback* sincero e positivo sobre suas ações e pode ajustá-las de forma a agradar seu parceiro (FALCONE; FERREIRA; SARDINHA, 2009). O percentil mais alto encontrado neste item foi de 80%, encontrado no teste do examinando do sexo masculino do Casal 1.

No Fator 4, indicado pelo instrumento de *Autocontrole proativo*, a média em percentil de todos os membros participantes foi de 47%. Esse fator trata de habilidades de autocontrole que podem ser bastante úteis para uma boa comunicação e entendimento entre os cônjuges. Avaliar a habilidade do respondente em perceber se o outro está abalado emocionalmente, aguardar que fale e fazer-se compreender (DEL PRETTE; VILLA, 2012). Ainda, em outras pesquisas realizadas, o índice nesse fator encontra-se parecido e é razoável pensar que o sentimento de ser compreendido, acolhido e validado pelo cônjuge empático, promove uma sensação de aceitação e valorização levando à satisfação de um indivíduo com seu casamento (FALCONE; FERREIRA; SARDINHA, 2009). O percentil mais alto encontrado nesse item foi de 75%, encontrado no teste do examinando do sexo masculino do Casal 4.

No Fator 5, indicado pelo instrumento de *Conversação assertiva*, a média em percentil de todos os membros participantes foi de 32%. Esse fator inclui pedidos do cônjuge em relação a certos comportamentos (cumprimento de acordos, esclarecimentos), às habilidades de reagir assertivamente aos comportamentos do outro (por exemplo, discordar ou pedir que o outro aguarde a fala), no sentido de garantir a reciprocidade de trocas no relacionamento do casal (DEL PRETTE; VILLA, 2012). Outros estudos nos quais foram encontrados valores próximos ao desta pesquisa também permitem concluir que, em certos contextos, a combinação de expressões assertivas e empáticas gera efeito ainda maior sobre a satisfação com o casamento do que cada uma delas isoladamente (FALCONE; FERREIRA; SARDINHA, 2009). O percentil mais alto encontrado nesse item foi de 80% no teste do examinando do sexo masculino do Casal 3.

No escore total de todos os itens avaliados pelo instrumento, a média é de 26% com uma oscilação de percentil de 3% a 90%, demonstrando que existe um déficit no repertório de habilidades sociais conjugais em alguns membros analisados pela pesquisa. Com o resultado abaixo da média é indispensável a intervenção na necessidade de tratamento de habilidades sociais em alguns casais. Assim como em outras pesquisas, os homens tendem a avaliar suas parceiras de forma mais empática do que elas mesmas.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

No presente estudo se buscou compreender quais habilidades sociais permeiam a relação conjugal e a partir destas encontrar os principais aspectos necessários para a satisfação conjugal. Verificou-se que a empatia e a assertividade são predominantes no que diz respeito às principais habilidades a serem desenvolvidas.

A empatia contribui para uma maior qualidade no casamento, na medida em que promove maior entendimento na interação, contribuindo com a diminuição de rompimento, intensificando o afeto, aliviando a angústia da outra pessoa, bem como aumentando a autoestima e a aceitação do cônjuge que manifesta empatia (FALCONE; FERREIRA; SARDINHA, 2009).

Dessa forma, torna-se indispensável a relação entre habilidade social e satisfação conjugal; uma é fundamental para a obtenção da outra. Desenvolver comportamentos assertivos e empáticos é trabalho diário dentro da vida conjugal, que deve favorecer não apenas ao casal, mas também à rede social na qual ele está inserido.

Esta pesquisa foi realizada com uma amostra pequena, orienta-se que sejam feitas pesquisas similares com um grupo de amostra maior, para que o resultado possa trazer ainda mais informações acerca do assunto abordado, acrescentando os bancos de dados relacionados ao tema da pesquisa.

REFERÊNCIAS

- ANDOLFI, Maurizio. **A crise do casal**: uma perspectiva sistêmico-relacional. Tradução Lauro Kahl e Giovanni Menezes. 1. ed. Porto Alegre: Artmed, 2002.
- ANTON, Iara L. Camaratta. **A escolha do cônjuge**: um entendimento sistêmico psicodinâmico. 1. ed. Porto Alegre: Artmed, 2000.
- DIB, Ana Cristina. Sociedade entre casais dá certo. Veja como. **Globo.com**, Rio de Janeiro, set. 2014. Disponível em: <<http://revistapegn.globo.com/Revista/Common/0,,EMI83088-17195,00-SOCIEDADE+ENTRE+CASAIS+DA+CERTO+VEJA+COMO.html>>. Acesso em: 21 set. 2014.
- BRASIL, Sandra. Amor e holerite. **Revista Veja**, São Paulo, nov. 2008. Disponível em: <http://veja.abril.com.br/051108/p_106.shtml> Acesso em 21 set. 2014.
- DANTAS, Marcelo; CAVALCANTE, Vanessa. **Pesquisa qualitativa e pesquisa quantitativa**. Recife, maio 2014. Disponível em: <<http://pt.scribd.com/doc/14344653/Pesquisa-qualitativa-e-quantitativa>>. Acesso em: 14 maio 2014.
- DEL PRETTE, Zilda A. P.; DEL PRETTE, Almir. **Inventário de Habilidades Sociais (IHS-Del Prette)**: manual de aplicação, apuração e interpretação. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2001.
- DEL PRETTE, Zilda A. P.; VILLA, Miriam Bratfisch. **Inventário de Habilidades Sociais Conjugais**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2012.
- DINIZ, Gláucia; PERLIN, Giovana. Casais que trabalham e são felizes: mito ou realidade? **Psicologia Clínica**, Rio de Janeiro, v. 17, n. 2, p. 15-29, ago. 2005. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-56652005000200002>. Acesso em: 06 ago. 2013.
- FALCONE, Eliane Mary de Oliveira; FERREIRA, Maria Cristina; SARDINHA, Aline. **As relações entre satisfação conjugal e as habilidades sociais percebidas no cônjuge**. Rio de Janeiro, jul./set. 2009. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/ptp/v25n3/a13v25n3.pdf>>. Acesso em: 17 ago. 2013.
- MARTINS, Vera. **Seja assertivo**. Editora Campus, p. 21, 2005. Disponível em <<http://www.barrichelo.com.br/blog/trechos.asp?id=117>>. Acesso em: 22 ago. 2013.
- PAPP, Peggy. **Casais em perigo**: novas diretrizes para terapeutas. Tradução Daniel Ángel Etcheverry Burguño. Porto Alegre: Artmed, 2002.
- PEDROSA, João Batista. **Contingência de reforço**. São Paulo, 2013. Disponível em: <http://www.syntony.com.br/index.php?option=com_content&view=article&id=23:contingencias-de-reforco&catid=4:artigos&Itemid=4>. Acesso em: 23 ago. 2013.
- VILLA, Miriam Bratfisch. **Habilidades sociais no casamento**: avaliação e contribuição para a satisfação conjugal. Ribeirão Preto, São Paulo, 2005. Disponível em: <<http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/59/59137/tde-22012008-083741/pt-br.php>>. Acesso em: 22 ago. 2013.

