

# **Conflito Interparental e Iniciativa de Crescimento Pessoal no Contexto Universitário**

**DISSERTAÇÃO FINAL APÓS DEFESA**

Margarida Mateus Pernadas

Dissertação para a obtenção do Grau de Mestre em  
Psicologia Clínica e da Saúde



# **Conflito Interparental e Iniciativa de Crescimento Pessoal no Contexto Universitário**

**DISSERTAÇÃO FINAL APÓS DEFESA**

**Margarida Mateus Pernadas**

Dissertação para obtenção do Grau de Mestre em  
**Psicologia Clínica e da Saúde**  
(2º ciclo de estudos)

Orientador: Professor Doutor Manuel Joaquim da Silva Loureiro

**julho de 2021**



# **Dedicatória**

À minha família, por todo o apoio que me deram para concretizar este sonho. A determinação foi minha, mas vocês foram as asas que me fizeram voar. Sem o vosso esforço, sacrifício e amor eu não seria aquilo que sou hoje. Um obrigado sem tamanho!



# Agradecimentos

Ao longo desta etapa, muitos foram os momentos de fraqueza e de força. O ano de 2020 é um ano que ficará para sempre guardado na minha memória. Foi o ano da concretização do meu maior sonho que é terminar o meu percurso académico e formar-me na área que mais amo, mas também um ano de muito medo, medo de perder aqueles que mais amo e que tornaram esta concretização possível.

À minha mãe, ao meu pai, ao meu namorado, à minha irmã, ao meu cunhado e especialmente à minha avó agradeço por tudo aquilo que fizeram por mim. Por serem o meu porto de abrigo. Mesmo à distância vocês foram a minha força e onde busquei a minha coragem. Aos meus pais que tanto se sacrificaram para que pudesse alcançar o meu sonho, um obrigado sem tamanho! Ao meu namorado que sempre me apoiou e que partilhou comigo os momentos mais difíceis, o meu enorme obrigado! Ao meu querido afilhado, um enorme obrigada, pois apesar de ainda “espanholares” e não saberes dizer o quanto gostas de mim, sei que me amas como eu te amo que um dia como tia e madrinha serei um exemplo para ti. Aos meus padrinhos e madrinhas legítimos e de coração António, Márcia, Margarida e Gracinda, o meu enorme obrigada por me acompanharem e apoiarem neste processo de desenvolvimento.

A todos os professores que fizeram parte do meu percurso académico, pela ajuda, ensinamentos e auxílio nesta etapa de crescimento, o meu enorme agradecimento!

Aos meus colegas de curso, especialmente à Ana, Cindy, Catarina, Sónia e Mariana o meu obrigada por todos os momentos partilhados e espero que tenham um enorme sucesso como profissionais!

Às minhas madrinhas de praxe, obrigada por todo o carinho e acolhimento!

Ao meu orientador Professor Doutor Manuel Loureiro, o meu obrigada pela ajuda e acompanhamento ao longo deste trabalho.

Por fim, não menos importante, um enorme obrigada aos meus animais de estimação Tico e Estrelinha por fazerem parte da minha vida e terem sido um suporte emocional ao longo deste percurso.

Muito obrigada a todos!



## Resumo

A presente investigação objetiva o estudo do conflito interparental e da iniciativa de crescimento pessoal numa população universitária, incluindo a relação entre ambos os construtos. O conflito interparental é um fenómeno que impacta negativamente a faixa etária dos jovens adultos, ao nível do sucesso académico, bem-estar psicológico e social (Gouveia, 2013). Este fenómeno assume importância na compreensão do processo desenvolvimental dos jovens adultos pelo que existe uma associação entre os conflitos interparentais e implicações negativas no desenvolvimento dos filhos (Mota & Matos, 2013). A iniciativa de crescimento pessoal é um construto que deve ser considerado à luz dos processos desenvolvimentais, ambientais, sociais e intencionais (Pedro & Silva, 2019), pelo que respeita à necessidade constante de autoaperfeiçoamento e envolvimento em novas experiências, bem como de resiliência. (Robles, 2018). Os dados para a concretização deste estudo foram recolhidos através de um protocolo de recolha desenvolvido no âmbito do Projeto VIOLÊNCIA 360º, promovido por docentes do DPE-UBI. O presente estudo contou com 815 participantes, estudantes do ensino superior. Com recurso à *The Children Perception of Interparental Conflict* foi possível analisar os componentes do conflito interparental e através da Escala de Iniciativa de Crescimento Pessoal II foi possível avaliar as diferentes dimensões do construto. Os resultados evidenciam que o género feminino percebe maiores níveis de conflito interparental comparado com o género masculino apresentando valores mais elevados na dimensão ameaça; filhos de pais divorciados ou separados indicam maiores níveis de conflito comparativamente aos filhos de pais casados ou em união de facto indicando maiores níveis nas dimensões Propriedades do conflito e Ameaça; o género feminino apresenta maior iniciativa de crescimento pessoal em relação ao género masculino, apresentando maior prevalência em todas as subescalas; os participantes que têm um relacionamento íntimo apresentaram maiores níveis de iniciativa de crescimento pessoal comparativamente aos participantes que não têm um relacionamento e existe uma relação estatisticamente significativa entre o conflito interparental e a iniciativa de crescimento pessoal. A finalizar estes resultados são discutidos à luz da pesquisa bibliográfica efetuada e retiradas implicações.

## Palavras-chave

Conflito Interparental; Estado civil dos pais; Estudantes universitários; Iniciativa de Crescimento Pessoal; Género; Relacionamento íntimo.

# Abstract

The present investigation aims to study the beliefs about interparental conflict and the initiative of personal growth in a university population, including the relationship between constructs. Interparental conflict is a phenomenon that negatively impacts the age group of young adults, in terms of academic success, psychological and social well-being (Gouveia, 2013). This phenomenon is important in understanding the developmental process of young adults, so there is an association between interparental conflicts and negative implications for the development of children (Mota & Matos, 2013). The initiative of personal growth is a construct that should be considered in the light of developmental, environmental, social and intentional processes (Pedro & Silva, 2019), so it respects the constant need for self-improvement and involvement in new experiences and resilience (Robles, 2018).

The data for the implementation of the same were collected through a data collection protocol developed under the VIOLENCE 360° Project, promoted by teachers of dpe-UBI. The present study included 815 participants, higher education and polytechnic students. Using The Children Perception of *Interparental Conflict*, it was possible to analyze the components of interparental conflict through the perception of children and, through the Personal Growth Initiative Scale II it was possible to evaluate the different dimensions of the construct.

Through the bibliographic research and statistical analysis performed it was possible to conclude that: the female gender perceptions higher levels and interparental conflict compared with the male gender presenting higher values in the threat dimension; children of divorced or separated parents indicate higher levels of conflict compared to the children of married parents or in a de facto union indicating the levels in the dimensions of the properties of conflict and threat; the female gender has a greater initiative of personal growth in relation to the male gender with higher prevalence in all subscales; participants who have an intimate relationship showed higher levels of personal growth initiative compared to participants who do not have a relationship and there is a statistically significant relationship between interparental conflict and the personal growth initiative.

## Keywords

Gender; Interparental Conflict; Intimate relationship; Marital status of the parents; Personal Growth Initiative; University students.



# Índice

Capítulo 1 – Fundamentação Teórica .....	1
1.1. Conflito interparental .....	1
1.1.1. Domínio conceptual .....	1
1.1.2. Modelo Cognitivo-Contextual do Conflito Interparental.....	5
1.1.3. Impacto do conflito interparental nos filhos .....	7
1.2. Iniciativa de Crescimento Pessoal .....	12
1.2.1. Domínio conceptual .....	12
1.2.2. Associação com outras variáveis .....	16
1.3. Importância da relação entre pais e filhos na compreensão do Conflito Interparental e da Iniciativa de Crescimento Pessoal.....	18
1.4. Objetivos e hipóteses .....	24
Capítulo 2 – Método.....	27
2.1. Apresentação do estudo.....	27
2.2. Participantes.....	27
2.3. Instrumentos .....	28
2.3.1. Questionário sociodemográfico .....	28
2.3.2. The Children’s Perception of Interparental Conflict Scale (CPIC) .....	28
2.3.3. Escala de Iniciativa de Crescimento Pessoal – II (EICP-II) .....	29
2.4. Procedimentos.....	30
2.4.1. Procedimentos de investigação.....	30
2.4.2. Procedimentos estatísticos .....	31
Capítulo 3 – Resultados .....	32
3.1. Estatísticas descritivas.....	32
3.1.1. Análise descritiva dos resultados da The Children’s Perception of Interparental Conflict Scale .....	32
3.1.2. Análise descritiva dos resultados da Escala de Iniciativa de Crescimento Pessoal II .....	35
3.2. Estatísticas inferenciais .....	36
3.2.1. Conflito Interparental .....	37
3.2.2. Iniciativa de Crescimento Pessoal .....	41
3.2.3. Relação entre o conflito interparental e a iniciativa de Crescimento Pessoal .....	44
Capítulo 4 – Discussão.....	47
Conclusão .....	52
Limitações do estudo.....	52
Referências Bibliográficas .....	54



# Lista de Tabelas

Tabela 1 - Caracterização sociodemográfica da amostra (N=815)

Tabela 2 - Consistência interna da The Children's Perception of Interparental Conflict Scale

Tabela 3 - Consistência interna da EICP-II

Tabela 4 - Análise descritiva da escala total da CPIC

Tabela 5 - Análise descritiva dos itens constituintes da CPIC

Tabela 6 - Análise descritiva das dimensões e subescalas da CPIC

Tabela 7 - Análise descritiva da escala total da EICP-II

Tabela 8 - Análise descritiva dos itens constituintes da EICP-II

Tabela 9 - Análise descritiva das subescalas da EICP-II

Tabela 10 - Teste T para amostras independentes para a análise das diferenças de género considerando a CPIC

Tabela 11 - Teste T para amostras independentes para a análise das diferenças de género considerando as dimensões do CPIC

Tabela 12 - ANOVA I para a análise das diferenças entre o estado civil dos pais tendo por referência a CPIC

Tabela 13 – Teste Bonferroni para a análise das diferenças entre o estado civil dos pais tendo por referência a CPIC

Tabela 14 - ANOVA I para a análise das diferenças entre o estado civil dos pais tendo por base as componentes da CPIC

Tabela 15 - Teste Bonferroni para a análise das diferenças entre o estado civil dos pais tendo por base as componentes da CPIC

Tabela 16 - Teste T para amostras independentes para a análise das diferenças de género considerando a EICP-II

Tabela 17 - Teste T para amostras independentes para a análise das diferenças de género considerando as subescalas da EICP-II

Tabela 18 - Teste T para amostras independentes para a análise das diferenças de ter um relacionamento íntimo considerando a EICP-II

Tabela 19 - Coeficiente de correlação de *Pearson* para a análise da associação entre o conflito interparental e a iniciativa de crescimento pessoal

Tabela 20 – Coeficiente de correlação de *Pearson* para a análise da associação entre as dimensões do conflito interparental e as componentes da iniciativa de crescimento pessoal (N=815)



# Lista de Acrónimos

APAV	Associação Portuguesa de Apoio à Vítima
CPIC	Children Perception of Interparental Conflict
EICP-II	Escala de Iniciativa de Crescimento Pessoal – II
ICP	Iniciativa de Crescimento Pessoal

# Introdução

No âmbito da concretização do mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde na Universidade da Beira Interior, apresenta-se esta dissertação, que descreve a pesquisa realizada no ano letivo 2020/2021 na Unidade Curricular Dissertação.

A qualidade das relações que são estabelecidas de forma precoce e que continuam a subsistir no ciclo de vida são de extrema importância no desenvolvimento do adulto (Mota & Martins, 2018). A qualidade da parentalidade e a aliança parental desempenham importantes funções no desenvolvimento do subsistema filial e ajustamento deste (Brás, 2008). Os conflitos interparentais assumem assim importância na compreensão do processo de desenvolvimento dos adultos (Mota & Matos, 2013). As interações que são estabelecidas no âmbito da vida dos indivíduos impactam a iniciativa de crescimento pessoal, na medida de que os pais entre outros pares, são relevantes na reestruturação interna inerente ao processo de desenvolvimento (Mota & Rocha, 2012).

O presente trabalho procura concretizar os seguintes objetivos: analisar o conflito interparental e as suas dimensões em função do género e do estado civil dos pais; analisar a iniciativa de crescimento pessoal e suas subescalas em função do género e de ter um relacionamento íntimo e analisar a relação existente entre as dimensões do conflito interparental e as subescalas da iniciativa de crescimento pessoal. A investigação da relação existente entre o conflito interparental e a iniciativa de crescimento é algo que não foi efetuado anteriormente e, portanto, um contributo científico inovador do presente estudo.

No que concerne à estrutura do presente estudo este divide-se em 4 capítulos, nomeadamente: Fundamentação teórica; Métodos; Resultados e Discussão. Este também integra uma referência às limitações verificadas no estudo. No primeiro capítulo encontra-se a revisão de literatura realizada acerca das variáveis principais do estudo, particularmente o conflito interparental e a iniciativa de crescimento pessoal, os objetivos do estudo e as suas hipóteses. No segundo capítulo apresenta-se os participantes, instrumentos e procedimentos de investigação e estatísticos. O terceiro capítulo integra os resultados sob a forma de estatística descritiva e inferencial dos dados utilizados para o estudo. O quarto e último capítulo incorpora uma discussão acerca dos resultados obtidos no terceiro capítulo considerando a revisão literária elaborada no primeiro capítulo e as características metodológicas mencionadas no segundo capítulo. Por último encontra-se uma conclusão acerca do estudo e as limitações encontradas no mesmo, para que o estudo destas variáveis possa ser aperfeiçoado em futuras investigações.

**“... No escuro  
Tu insistes que eu não presto  
Eu juro  
Que falta a parte melhor  
Um beijo  
Acaba com o teu protesto  
Amanhã conto-te o resto  
Boa noite meu amor...”**

*In “A guerra das rosas” Interpretada por Camané  
Letristas: Manuela de Freitas e João Mário Branco  
(Álbum: “Do amor e dos Dias” - 2010)*



# Capítulo 1 – Fundamentação Teórica

## 1.1. Conflito interparental

### 1.1.1. Domínio conceptual

Os pais ou figura(s) cuidadora(s) são os principais responsáveis pela transmissão de conhecimentos culturais, desencadeando processos evolutivos. São assim, os impulsionadores do crescimento físico, emocional, intelectual e social dos seus filhos (Zemp et al., 2016). As figuras parentais, são o primeiro ambiente de socialização dos indivíduos, pelo que têm importantes funções no desenvolvimento de padrões, modelos e influências culturais (Demir-Dagdas et al., 2018).

As experiências relacionais que são estabelecidas com as figuras parentais, permitem a organização interna e o desenvolvimento de modelos internos dinâmicos, que podem se reorganizar mediante períodos de desenvolvimento e contextos ao longo do ciclo de vida (Mota & Martins, 2018). É no seio das relações entre pais e filhos, que se adequam e transmitem valores, crenças, ideias, significados e comportamentos adaptativos. Assim, as figuras parentais são a matriz da aprendizagem, e impactam a adoção de modelos de relação interpessoal, a construção individual e a coletiva. Os pais influenciam a construção da personalidade, a inserção no mundo social e do trabalho e o desenvolvimento de repertórios saudáveis (Dessen & Polonia, 2007).

O conflito entre as figuras que representam a função parental é algo que pode afetar o estabelecimento de um vínculo seguro na relação entre pais e filhos. Deste modo, o conflito interparental é um dos stressores mais significativos no seio da relação entre pais e filhos, com efeitos prejudiciais ao nível da mesma, sobretudo quando é resolvido inadequadamente ou envolve agressão entre o par conjugal (Gouveia, 2013).

O conflito interparental consiste numa manifestação comportamental, caracterizada pela presença de desentendimentos ou demonstrações de agressão entre um casal ou pessoas que se encontram ligadas pela partilha comum de filhos (Krishnakumar & Buehler, 2000). Traduz-se assim, portanto, numa conduta onde a apresentação de hostilidade, raiva, desconfiança, verbalizações agressivas, agressão física e agressão psicológica podem ser exibidas e causar impacto ao nível do par ou mesmo ao nível de outros subsistemas relacionados com o subsistema onde se encontra o conflito (Fidalgo, 2014).

Existem duas classificações do conflito interparental, o conflito manifesto que se relaciona a exteriorizações de afetos hostis evidentes na interação dos pais e o conflito dissimulado que se associa a manifestações de afetos hostis, contudo, de uma forma mais passivo-agressiva (Bradford et al., 2008).

Este é um comportamento que pode ser manifestado por diversas causas, tais como incompatibilidades, contingências comportamentais, confusão de papéis, insatisfação, divergências ao nível dos estilos parentais e dificuldades comunicacionais (Casimiro, 2014).

Na análise deste comportamento no que respeita ao seu impacto nos filhos, não se analisa apenas a sua presença ou ausência, mas sim a forma como este é exposto e resolvido. O conflito pode ser destrutivo com agressão verbal e física, mas também construtivo aquando da boa resolução da divergência (Gouveia, 2013).

A comunicação sendo o meio pelo qual o conflito interparental acontece, deve ser encarada em todas as suas vertentes, ao nível do conteúdo verbal, expressões faciais, gestos, linguagem corporal e tom de voz (Jiang et al., 2020). Quando existem falhas comunicacionais na relação do casal, um dos membros do casal apresenta respostas negativas, e estas respostas desencadeiam o conflito interparental (Casimiro, 2014).

O conflito é característico de casais problemáticos e as interações pelas quais ele se expõe são marcadas por sentimentos de raiva progressiva, negatividade bem como risco de abuso físico (Casimiro, 2014). Este pode levar a problemas de agressividade, ansiedade, timidez, depressão, problemas de conduta, competências sociais diminuídas, resultados académicos fracos, problemas de saúde, relações com os pares diminuídas e percepções negativas dos relacionamentos amorosos ao nível do subsistema filial (Casimiro, 2014).

O desenvolvimento da individuação, da autonomia e da capacidade de estabelecer e lidar com novas relações são processos desenvolvimentais relevantes para o crescimento e sucesso da idade adulta. Estes podem ser afetados pela existência de conflitos na medida de que as interações com os pais são um alicerce para o desenvolvimento do self coeso e autónomo (Machado, 2007).

Todos os casamentos vivenciam conflitos, contudo, nem todas as expressões de conflito interparental são perturbadoras (Casimiro, 2014). O conflito interparental pode suceder tanto em casais que se encontram juntos como em casais que por motivos de separação se distanciaram e vivem separadamente (Glick, 1979).

Um dos processos de separação parental respeita ao divórcio que implica a existência de uma transição familiar (Glick, 1979). O divórcio, gera impacto ao nível de toda a família, principalmente nos filhos. Estes sentem emoções intensas face a este decurso e partilham o luto e a necessidade de reorganização do seu equilíbrio psicológico. As consequências deste processo de separação, ao nível do subsistema filial, dependem sobretudo do modo como o casal gere o processo. A existência ou não de conflitos interparentais influencia a adaptação dos filhos à circunstância (Muñoz et al., 2016). O processo do divórcio não é acontecimento que influencie exclusivamente o casal, nem um acontecimento que se limite a momento único, ou seja, é composto por uma sequência de ocorrências, processos legais e experiências que levam à transição (Haimi & Lerner, 2016).

A separação pelo divórcio e o conflito que pode estar inerente ao processo, além de envolver o sistema parental também envolve o subsistema filial que pode ser composto por crianças, adolescentes ou jovens adultos (Cosgaya et al., 2008). Este tipo de separação produz mudanças nas experiências de vida diárias e no subsistema filial. Este último, pode ser

impactado ao nível do seu bem-estar psicológico, comportamentos (exibição de agressividade e dificuldades de autocontrolo), emoções (depressão, autoestima baixa, ansiedade), relacionamentos disfuncionais, problemas de interação social, menor sentido de crescimento bem como menor sucesso académico (Moura & Matos, 2014). Todos os aspetos que se associam ao processo de divórcio, tais como o conflito, alterações das dinâmicas relacionais, diminuição do contacto com uma das figuras parentais, alteração das práticas parentais, mudanças nas condições económicas, nos hábitos e rotinas geram impacto (Booth & Amato, 1993).

Existe uma tendência de se atribuir aos processos de separação ou de divórcio uma noção de que são grandes fatores de risco na adaptação do subsistema filial. Contudo, diversas investigações apontam que a existência de conflito interparental é mais relevante neste aspeto que a separação parental. As consequências negativas atribuídas à separação e ao divórcio podem ser melhor explicadas pelo nível e natureza do conflito interparental que persiste no processo de separação (Gouveia, 2013). O processo de conflito interparental pode estar presente em todas as formas de relação do casal e anteceder o processo de separação ou de divórcio. Os problemas de ajustamento, não se associam tanto ao processo de divórcio, mas aos processos de conflito interparental que possa existir. Os filhos de famílias intactas, onde existe a exposição a consideráveis níveis de conflito, apresentam dificuldades de ajustamento semelhantes em circunstâncias semelhantes mas com famílias divorciadas (Matos & Pinheiro, 2011). O divórcio, contudo, sugere que o conflito entre pais antes ou depois do processo aumente o risco para o aparecimento de problemas emocionais bem como comportamentais nos filhos. Os filhos, como querem ver os pais juntos, muitas das vezes tentam auxiliar na resolução do processo que gera desavenças e o conseqüente divórcio, o que os coloca no meio do conflito interparental (Amato & Afifi, 2006)

Em Portugal, o conflito interparental constitui-se como fator condicionador da relação com as figuras parentais, levando a vinculações inseguras independentemente da estrutura familiar ser intacta ou não (Matos & Pinheiro, 2011). Tanto as famílias divorciadas quanto as que não estão exibem o conflito interparental e quando a separação leva a maior harmonia, menor conflito e menos constrangimento familiar, os jovens apresentam maior bem-estar comparativamente a famílias intactas que apresentam conflitos interparentais a um nível elevado (Matos & Pinheiro, 2011).

Quando as figuras parentais apresentam boa capacidade de ajustamento e de gestão das suas dificuldades são mais capazes de dar apoio e suporte aos seus filhos, sendo reconhecidas por estes como figuras protetoras e potenciando experiências positivas de ajustamento (Matos & Pinheiro, 2011).

Os motivos e consequências do conflito interparental podem ser diversas e reconhece-se que a prática parental pode ser afetada pela existência deste. As práticas parentais dizem respeito ao modo como os pais reagem face ao comportamento dos seus filhos. Os estilos parentais tratam do clima emocional onde as práticas parentais são expressas. Estes são, portanto, associados à autoridade e afetividade que os pais oferecem aos seus filhos (Pinto, 2016). O estilo parental é definido como uma dimensão estável ao longo do tempo, onde existe um ambiente físico e emocional na prestação dos cuidados. Os pais pretendem assim, por meio

de estilos autoritários (elevado controlo e baixa aceitação), autoritativos (elevado controlo e elevada aceitação), permissivos (baixo controlo e elevada aceitação) ou negligentes (baixo controlo e baixa aceitação) sustentar a dimensão de controlo dos seus filhos e a dimensão afeição-aceitação. A primeira trata da promoção da regulação comportamental na interação com a sociedade. Relativamente à segunda, respeita à regulação emocional e disponibilidade afetiva (Lamela & Figueiredo, 2014).

A parentalidade respeita a um conjunto de ações executadas pelas figuras parentais para com os seus filhos, objetivando a promoção do desenvolvimento de forma saudável e plena, fazendo utilização de recursos que a família dispõe e do que a comunidade permite aceder. É, portanto, uma relação mediada por um conjunto de funções, obrigações e de direitos. Há o interesse superior do filho e obrigações morais, jurídicas, educativas, materiais e culturais (Souza & Fontella, 2016).

Nenhum indivíduo nasce capaz de praticar a parentalidade da forma mais certa, pelo que este é um processo de desenvolvimento dos pais. A prática parental incorpora a obrigação de vigilância e de proteção em relação ao filho. Esta, integra o que os pais sentem, vivenciam e realizam e todo o processo visa cumprir a satisfação das necessidades físicas, cognitivas, afetivas, sociais e emocionais de modo a criar autonomia dos filhos (Pereira & Alarcão, 2014).

O conceito de parentalidade é definido como acarretando ações encetadas pelas figuras parentais, sejam estas pais ou substitutos, que visam a socialização, adequação do nível comportamental, emocional e de desenvolvimento cognitivo (Brás, 2008). Os pais devem possibilitar a existência de recursos de vinculação, empatia, modelos educativos, experiências de participação em redes de apoio social, ter capacidade de solicitar ajuda dos serviços, ter responsabilidade e confiança nos profissionais e instituições que oferecem ajuda para a adequação das necessidades dos seus filhos (Pereira & Alarcão, 2014).

A qualidade das relações que são estabelecidas de forma precoce e que continuam a subsistir ao longo de toda a vida, são de extrema importância no desenvolvimento emocional da criança, jovem ou adulto (Mota & Martins, 2018). A qualidade da parentalidade desempenha assim uma importante função no desenvolvimento do subsistema filial, contudo, a aliança parental também tem uma função determinante no desenvolvimento e ajustamento deste (Brás, 2008). A aliança parental trata da relação conjugal ou marital que se associa à parentalidade e manifestação desta (Brás, 2008).

Porém, apesar de os conflitos interparentais poderem afetar a parentalidade e o ajustamento dos filhos, o impacto destes depende da forma como se percebem e gere o conflito (Mota & Martins, 2018).

O conflito interparental na faixa etária de jovens adultos, impacta de forma negativa o nível académico, psicológico e social (Gouveia, 2013). Comparativamente com as crianças, os jovens adultos apresentam maiores probabilidades de se envolverem no conflito, demonstrando estilos diversos para resolver o conflito. Isto acontece, pois as crianças não têm processos cognitivos tão desenvolvidos quanto os dos adultos o que contribui para que estas não consigam avaliar a melhor maneira de lidar com o conflito, recorrendo a estratégias de *coping* menos adaptativas (Mendes, 2017).

Os conflitos interparentais assumem assim importância na compreensão do processo de desenvolvimento tanto das crianças, como adolescentes e jovens adultos, pelo que a literatura aponta que existe uma associação entre os conflitos e implicações negativas no desenvolvimento dos filhos do casal conflituoso (Mota & Matos, 2013).

### **1.1.2. Modelo Cognitivo-Contextual do Conflito Interparental**

O Modelo Cognitivo-Contextual proposto por Grych e Fincham permite a análise dos processos que modelam o stress do conflito interparental para os filhos, considerando a importância do contexto, das cognições e do nível desenvolvimental. Os filhos, através de diversos processos procuram assim compreender o conflito exibido pelos seus pais (Grych et al., 2003). Este modelo, destaca assim a existência de dois tipos de processamento, o processamento primário e o processamento secundário, no âmbito do confronto com o conflito por parte dos filhos. (Iraurgi et al., 2011).

A cognição e os afetos levam à interpretação do conflito e direcionam comportamentos de *coping*. Existe assim, um processamento primário, onde há consciencialização do acontecimento perturbador e uma reação afetiva inicial que é influenciada pelas características do evento e pelos fatores contextuais a que se associa (Casimiro, 2014).

Após o processamento primário, gera-se o processamento secundário, onde há a tentativa de compreensão da razão do conflito e a necessidade de responder ao mesmo. Este processamento, é afetado pelas características do episódio do conflito, pelos fatores contextuais que o envolvem e pelo estado emocional (Casimiro, 2014).

Tanto o processamento primário como o secundário, levam os filhos a tentar lidar com o conflito dos seus pais. Quando existe estratégias de *coping* bem-sucedidas, o afeto negativo é reduzido. Quando estas estratégias são mal-sucedidas, pode aparecer stress e impacto no funcionamento psicológico, emocional e comportamental (Iraurgi et al., 2011).

Como componentes deste modelo são enumeradas as propriedades do episódio de conflito, o contexto do mesmo (distal ou proximal), o processamento primário tido, o processamento secundário (atribuições de culpa, responsabilidade, causas e expectativas de eficácia), o comportamento de *coping* que é tido e o afeto (Casimiro, 2014).

Em relação às propriedades do conflito compreende-se a intensidade, a frequência, a duração, o conteúdo e a resolução do conflito (Casimiro, 2014). A frequência do conflito interparental, respeita à frequência das discórdias existentes entre o par conjugal (Buehler et al., 1997). Quanto maior a frequência dos conflitos parentais, maior a incidência de problemas de ajustamento dos filhos. O processo de conflito quando exposto em níveis frequentes gera dificuldades emocionais e comportamentais. Quando existe a diminuição da frequência do conflito, seja por separação ou não, os problemas de ajustamento decrescem (Casimiro, 2014). No que concerne à intensidade, os conflitos interparentais podem variar nesta vertente, abrangendo desde discussões calmas até momentos de violência física. Esta característica do

conflito abrange também o grau de afeto negativo bem como a hostilidade revelada no conflito. Quando o conflito incorpora hostilidade e agressão, gera maiores perturbações ao nível do sistema filial. Conflitos de grande intensidade geram raiva, tristeza, desespero, medo e até mesmo culpabilização nos filhos. Todo o processo onde o contexto expõe cognições de afeto agressivas, aumenta a predisposição para a prática da agressão. Os filhos de mães agredidas, por exemplo, apresentam quatro vezes mais probabilidade de exibição de psicopatologia. Quando a agressão existe entre o casal, verifica-se a possibilidade de o filho também sofrer com as agressões. Quer a violência física quanto verbal geram, no sistema filial, afeto negativo e autoculpabilização (Casimiro, 2014). Relativamente ao conteúdo, o impacto é maior nos filhos quando o tema do conflito se associa aos mesmos, por exemplo relativamente ao seu sucesso académico. Face a este tipo de manifestações, os sentimentos vivenciados são de vergonha, autoculpabilização e crença de que pode ajudar a resolver o conflito dos pais (Casimiro, 2014). Como explicita Casimiro (2014) dimensão da culpa, incorpora o conteúdo do conflito e os sentimentos de culpa em relação ao mesmo (Casimiro, 2014) e, a dimensão de ameaça, corresponde à eficácia no âmbito do conflito e a perceção de ameaça tida face ao mesmo.

Em relação ao contexto distal reconhece-se os fatores estáveis como a memória dos episódios de conflito anteriores, o clima emocional existente, o temperamento e o género. As experiências prévias de conflito, influenciam a forma como se observa o mesmo e o que se espera em relação ao futuro no âmbito do conflito (Casimiro, 2014).

O contexto proximal trata dos pensamentos, emoções e dos sentimentos que são experienciados após o conflito. Quando o conflito aparece, são elaboradas expectativas sobre o curso do conflito por parte dos filhos (se é passageiro e momentâneo ou algo que se irá manter) (Casimiro, 2014). Por sua vez, a tentativa de compreender o conflito gera respostas afetivas e respostas de *coping* (Iraurgi et al., 2011).

Tanto no processamento primário quanto o secundário, existem interpretações do conflito como sendo benigno ou ameaçador, atribuições causais do mesmo, atribuições da responsabilidade e expectativas de eficácia no sentido de lidar com o problema. (Iraurgi et al., 2011).

As atribuições causais podem variar de acordo com o *locus* interno ou externo, a estabilidade (presença no futuro ao nível do conflito) e a globalidade (grau em que impacta as áreas de vida) (Casimiro, 2014).

A perceção do conflito altera-se com a idade, quanto mais novo maior a perceção do conflito com base em causas internas. Verifica-se que na infância, as crianças culpam-se mais pelo divórcio ou separação dos seus pais (Casimiro, 2014).

As expectativas de eficácia dos filhos são afetadas, tanto pelas atribuições que fazem do conflito como pelos esforços de *coping* do passado, pelo seu nível de desenvolvimento e estimulação afetiva (Casimiro, 2014).

Tem-se assim a importância de aspetos contextuais e processuais, mas também, de aspetos associados ao afeto e ao comportamento de *coping*. O afeto, associa-se à avaliação do significado do conflito e à direção do comportamento. A observação do conflito, leva a stress e problemas afetivos. Como o afeto influencia as expectativas futuras, atribuições e as estratégias

de *coping*, este pode assim influenciar a conduta comportamental exibida no futuro e o processamento cognitivo (Casimiro, 2014).

As estratégias de *coping* podem atuar de duas formas, pelo que se considera a existência de estratégias focadas nos problemas e as focadas nas emoções. As primeiras, traduzem-se em tentativas de mudar o evento que gera stress, ou seja, dizem respeito à intervenção no conflito. As segundas, respeitam a tentativas de regular a resposta emocional interna (Casimiro, 2014).

Se os filhos entendem que não são capazes de intervir eficazmente, alteram as suas respostas emocionais. O facto de conseguirem aliviar o stress, afeta as expectativas de eficácia tidas associadas ao modo como se lida com os episódios de conflito futuros (Casimiro, 2014).

Quando as estratégias de *coping* auxiliam ao nível da redução da perturbação emocional, são futuramente repetidas mesmo que desadaptativas. Quanto mais velho, maior o desenvolvimento de estratégias de *coping* adequadas e mais elaboradas visto a maior rede de suporte social existente comparativamente à infância (Casimiro, 2014).

Assim, este modelo considera fatores suscetíveis de mediar o impacto do conflito interparental nos filhos como o entendimento do conflito, fatores contextuais, nível de desenvolvimento cognitivo, experiências prévias de conflito, interpretação e formas de *coping* (Casimiro, 2014).

Com base neste modelo desenvolveu-se a escala de autorrelato *Children Perception of Interparental Conflict* (CPIC), para identificar as propriedades do conflito Interparental e as percepções de culpa e ameaça dos filhos (Casimiro, 2014).

Equacionando a perspetiva sistémica e ecológica, é relevante considerar a importância dos contextos de vida do filho, as condições educacionais, socioeconómicas, as propriedades do conflito que já foram mencionadas e os fatores de ordem pessoal. Estes fatores são a culpa (associada à dinâmica dos conteúdos inerentes ao conflito), o sentimento de ameaça (com a percepção de ameaça e sentimento de eficácia) e a triangulação (processo inerente a uma tomada de decisão de apoio de um dos lados onde pode surgir conflitos de lealdade que podem ser mal geridos pelo subsistema filial) (Matos & Pinheiro, 2011).

A percepção dos jovens da resolução adaptativa dos conflitos interparentais, mediante regulação emocional adequada e recurso a estratégias construtivas de resolução do problema revela-se um elemento fundamental na organização das estruturas internas, construção do conceito de si e dos outros e na representação das relações entre os indivíduos saudável (Mota & Matos, 2013).

### **1.1.3. Impacto do conflito interparental nos filhos**

A presença de desavenças a nível parental impacta o equilíbrio familiar bem como os domínios de vida de todos os elementos da família (Fidalgo, 2014). A existência, no seio familiar, de conflitos entre o casal, pode influenciar as atitudes e a comunicação que é estabelecida com os filhos. A homeostasia familiar, muitas vezes, nas circunstâncias de conflito é afetada, impactando as ligações entre os pais e filhos. Esta ligação, que é de extrema

importância desde o nascimento até à adultez, pode ser comprometida e implicar o aparecimento de problemas emocionais, sociais, psicológicos e até mesmo físicos (Fidalgo, 2014).

O subsistema conjugal, definido por Minuchin como o formado pelos cônjuges com tarefas de complementaridade, impacta os outros subsistemas familiares (Vian et al., 2018).

A forma como as crianças, adolescentes e adultos percebem as interações conflituosas no seio dos seus pais, depende também da etapa desenvolvimental em que se inserem e da sua maturidade cognitiva (Fidalgo, 2014). O facto de os filhos presenciarem o conflito, pode potenciar desajustes emocionais, ansiedade, frustração, autoculpabilização, raiva, afeto deprimido e baixa autoestima (Fidalgo, 2014).

A triangulação no conflito interparental tem efeitos negativos na saúde psicofisiológica dos filhos, pelo que as crianças que passam por este processo exibem níveis altos de agressão verbal e física na idade adulta para com os pares com que se relacionam (Fidalgo, 2014).

Quando há uma resolução bem-sucedida dos conflitos por parte dos pais, estes demonstram-se modelos de capacidades de resolução de problemas e de adaptação. Esta experiência, auxilia os filhos na medida de que estes aprendem estilos de resolução de conflitos que lhes permitem atuar sobre as diversas circunstâncias da sua vida de uma forma construtiva e adequada (Fidalgo, 2014).

Quando o divórcio trata de uma mudança para maior harmonia, os filhos apresentam maior bem-estar, comparativamente a famílias não divorciadas mas que apresentam elevados graus de conflito (Fidalgo, 2014). Assim, a configuração familiar no que respeita aos pais, não se associa diretamente ao bem-estar dos filhos. Os conflitos interparentais são melhores preditores do bem-estar do que o divórcio (Mota & Matos, 2009).

O stress que advém dos conflitos interparentais bem como a incongruência nas atitudes dos pais em relação aos filhos levam a problemas e dificuldades de ajustamento (Dessen & Polonia, 2007).

As experiências negativas como o conflito interparental podem alterar os modelos internos dinâmicos que os filhos desenvolvem de si e dos outros, através da sua experiência de interação com as principais figuras de vinculação. Quando uma figura vinculativa, que se demonstrava responsiva, começa a apresentar insensibilidade e ausência, a confiança da relação é afetada e os modelos internos são reconstruídos (Moura & Matos, 2014).

Quando o conflito se encontra presente em famílias que possuem crianças, o ajustamento psicológico destas pode ser afetado. O conflito, pode interferir ao nível da prática parental na medida de propiciar uma disciplina permissiva inconsistente, volatilidade emocional, hostilidade, impulsividade educativa e menos senso de responsabilidade e disponibilidade emocional (Bickham & Fiese, 1997).

Os efeitos prejudiciais do conflito, como problemas graves do foro emocional e comportamentos disruptivos sérios, encontram-se associados sobretudo à existência de violência manifestada entre as figuras parentais (Moura & Matos, 2014).

A violência interparental foi negligenciada até ao fim da década de 80 em Portugal. Contudo, o impacto desta nos filhos do casal é elevado levando a consequências no ajustamento

global. Existem diversas situações de violência interparental, segundo a Associação Portuguesa de Apoio à Vítima, que ainda continuam por denunciar, o que leva a que diversos indivíduos presenciem este fenómeno ao longo de anos sem terem o acompanhamento necessário para o não desenvolvimento de disfunções ou comprometimento cognitivo (Leite, 2019).

A existência de um ambiente com presença de conflito leva a que os jovens adultos sejam mais inibidos na expressão da sua individualidade e quanto mais medo, ameaça ou culpa desencadeados maior restrição na expressão da individualidade própria (Gouveia, 2013). Em ambientes familiares onde o conflito é recorrente, a separação pode demonstrar-se uma boa decisão e conduzir a um melhor ajustamento psicológico e social dos filhos (Moura & Matos, 2014).

Os conflitos interparentais podem se associar a superiores consumos de substâncias lícitas por parte dos filhos, podendo prejudicar a saúde e a vertente cognitiva dos indivíduos (Pinto, 2016).

Estes comportamentos prejudicam a saúde dos filhos e, dada a necessidade de vinculação destes em relação aos seus pais, quando a relação entre os pais e filhos, por motivos conflituais é prejudicada, pode haver comprometimento dos seus modelos internos dinâmicos, do seu autoconceito, da personalidade e dos comportamentos adotados (M. Pereira et al., 2013).

O conflito é interpretado de determinada forma por parte dos filhos do casal, pelo que estas interpretações advêm do significado emocional que o conflito representa (Casimiro, 2014). A presença dos conflitos e a sua não resolução, associa-se a afeto negativo, respostas de coping desadaptativas, alterações na parentalidade e nos laços de vinculação. Estas alterações, podem gerar problemas de ajustamento e moldar de forma negativa a vertente cognitiva dos filhos visto que os pais são os principais transmissores de valores, crenças, atitudes e comportamentos (Casimiro, 2014).

Desta forma, conflitos conjugais que levam a reações emocionais positivas e construtivas preservam a estabilidade familiar e são bons exemplos para a adequada formação emocional, cognitiva e social dos filhos. Contudo, os conflitos destrutivos provocam níveis de preocupação, ansiedade, desespero, stress, raiva e desespero (Casimiro, 2014). O conflito interparental é algo que é inevitável, porém não é necessariamente nocivo ou negativo pois pode promover modelos de conduta positivos para a resolução de divergências. Assim, o modo como se expressa e a sua resolução demonstram-se importantes para análise do impacto do conflito. Quando este é bem resolvido favorece o saudável desenvolvimento sócio emocional (Casimiro, 2014).

O conflito interparental independentemente do estatuto conjugal do par relacional, afeta a qualidade de vinculação que é estabelecida entre os pais e as crianças e, assim, afeta também o desenvolvimento de competências destas (Amato et al., 1995).

Na atualidade, verifica-se que a saída dos jovens de casa dos pais é cada vez mais tardia e, nesse sentido, torna-se pertinente analisar o impacto que a relação familiar exerce ao nível do desenvolvimento de competências nos filhos (Gouveia, 2013). Os pais são figuras de extrema importância no desenvolvimento saudável do funcionamento social, psicológico ao longo do curso de vida e conhecer o impacto do conflito interparental demonstra-se importante pois este

pode afetar e comprometer este desenvolvimento (Gouveia, 2013). Crescer com pais que se encontram em discórdia, relaciona-se a elevados níveis de sofrimento psicológico entre os filhos adultos mesmo depois de terem deixado a casa dos seus pais (Amato & Afifi, 2006).

Os jovens adultos sendo a faixa etária entre os 18 e os 25 anos de idade, encontram-se num período onde os contextos e os papéis sociais sofrem mudanças. Assim, a transição para a idade adulta carece da consolidação de tarefas desenvolvimentais na fase da adolescência e a mudança cognitiva, afetiva e relacional (Gouveia, 2013). A etapa da vida adulta, implica a ocorrência de acontecimentos como o ingresso no ensino superior bem como o afastamento da família nuclear e estabelecimento de espaço próprio (Gouveia, 2013). Assim, como período onde se espera desafios e incertezas, o jovem adulto deve atingir a autonomia em relação aos seus pais, contudo, o alcance desta não implica a cessão dos vínculos com as figuras parentais. Apesar de serem estabelecidas relações com novas figuras de vinculação, há a manutenção da relação significativa com as figuras parentais (Gouveia, 2013).

Existe no âmbito das investigações realizadas acerca do conflito interparental, a afirmação da importância que existe entre a relação com os pais na idade adulta, onde os baixos conflitos permitem que haja mais proximidade emocional e física entre pais e filhos, levando à sensação de segurança que conduz a uma base segura. Deste modo, reforça-se que há influência do conflito interparental nas relações de vinculação que são estabelecidas entre os pais e os seus filhos e a importância destas para o seu crescimento e ajustamento (Gouveia, 2013).

A perceção de ameaça e o medo que são desencadeados pelo conflito, associados a um sentimento de incompetência pessoal para se lidar com o mesmo, estão fortemente relacionados a um défice nas competências sociais dos jovens adultos. Assim, o sentimento de incapacidade para lidar com situações de conflito ameaçadoras associa-se à exibição de comportamentos antissociais e dificuldades na defesa dos próprios direitos. A exposição ao conflito, gera portanto efeitos negativos ao nível das competências sociais (Gouveia, 2013).

O motivo dos conflitos pode se associar a problemáticas do casal, dos subsistemas dos quais fazem parte, motivos familiares, económicos, comportamentos de um dos membros ou questões associadas aos resultados e desempenhos académicos dos filhos. A educação dos filhos, é perspectivada também de uma forma económica (pagamento de propinas) o que pode levar os pais a defenderem o elevado investimento que fazem (Mota & Rocha, 2012).

Um dos aspetos que pode ser inerente ao conflito interparental é a triangulação do mesmo nos filhos, que impacta os mesmos de forma negativa. A triangulação leva a sentimentos de ansiedade, tristeza e desamparo (Camisasca et al., 2019).

Em jovens adultos reconhece-se que a exposição ao conflito interparental gera stress e maiores probabilidades de distúrbios depressivos, abuso, dependência de álcool e baixa autoestima. Deste modo, nesta idade pode existir comprometimento psicológico e relacional e mudanças ao nível da vigília sobre ameaças percebidas (Fidalgo, 2014).

Ambos os géneros são vulneráveis aos conflitos interparentais, contudo verifica-se que o género feminino é mais propenso a assumir responsabilidade no âmbito do conflito (Cummings et al., 1994). Estudos demonstram que as raparigas são mais próximas e mais dependentes das suas figuras parentais, relativamente aos rapazes (Matos et al., 1999). Existem diferenças no

género relativamente ao impacto dos conflitos, contudo, os estudos não são consistentes neste aspeto. Demonstra-se um maior efeito do conflito interparental ao nível do género feminino relativamente ao género masculino no sentido de que as raparigas apresentam maiores níveis nas componentes do conflito, comparativamente aos rapazes (Fidalgo, 2014). Assim, a discórdia parental leva a problemas de ajustamento em ambos os géneros, contudo o género feminino torna-se mais vulnerável à exposição deste problema e à manifestação de sintomas depressivos e elevadas dificuldades emocionais. As diferenças existentes entre os géneros em relação à forma como percebem o conflito e como reagem em relação ao mesmo, segundo a literatura, podem se associar aos papéis de género e à expressão de sentimentos de acordo com o mesmo. Assim, as meninas tornam-se ansiosas, retraídas e com menos problemas comportamentais, contudo apresentam ruminacões, preocupações excessivas e canalizam as suas emoções em problemas de internalização. Contrariamente, o género masculino apresenta maiores problemas de externalização (Davies & Lindsay, 2004). O género feminino, segundo a literatura, percebe mais conflitos entre os pais comparativamente com o género masculino sendo que se sentem também mais ameaçadas pelo conflito. Estes dados, advém do facto de que as raparigas são mais sensíveis aos conflitos interparentais relativamente aos rapazes, necessitando de maior proximidade emocional com as figuras de vinculação (Gouveia, 2013).

Em investigações realizadas verificou-se que existe uma diferença significativa na dimensão ameaça no âmbito da comparação entre géneros, pelo que as raparigas tendem a apresentar valores mais elevados nesta componente em relação aos rapazes (Gouveia, 2013). A literatura, aponta também que o género feminino apresenta maiores ansiedades de separação e dependência às figuras parentais, necessitando de maior proximidade emocional e física. O género feminino, sente-se assim mais ameaçado comparativamente ao masculino, face ao conflito. Assim, há tendência de serem emocionalmente mais próximas a seus pais e, em momentos de conflito interparental, exibirem uma postura de maior sensibilidade (Gouveia, 2013).

A idade é também uma variável que demonstra importante no âmbito da problemática do conflito, na medida de que as crianças observam o fenómeno com menor capacidade de adaptação dada a sua imaturidade desenvolvimental e a sua dependência às figuras de vinculação. Os adolescentes, apesar de também poderem desenvolver problemas de ajustamento, face ao seu nível de desenvolvimento cognitivo, compreendem de um modo mais realista a circunstância visto também terem um sistema de suporte que desenvolveram além dos pais. Os jovens e adultos, apesar de serem sensíveis a processos de conflito interparental, como por norma possuem relações sólidas nesta fase de vida, conseguem encarar a situação com maior maturidade (Moura & Matos, 2014).

Verifica-se também, segundo estudos, que quando comparadas famílias casadas ou em união de facto com famílias separadas ou divorciadas, há diferenças significativas nas dimensões da propriedade do conflito e na ameaça. Assim, o estado civil também pode ser alvo de análise no âmbito do conflito interparental, pois existe valores superiores na propriedade do conflito e na ameaça em casais divorciados ou separados (Gouveia, 2013). Segundo a literatura, é expectável que os filhos de pais separados ou divorciados evidenciem perceções de conflito

interparental elevadas comparativamente aos jovens filhos de pais casados ou em união de facto (Gouveia, 2013). Os estudos, indicam que os filhos de pais divorciados ou separados indicam maior frequência, intensidade e resolução dos conflitos pelo que esta última é esperada com o processo de divórcio (Melo & Mota, 2014). Apesar destes dados, existem ainda estudos que contrapõem estes resultados indicando que após o divórcio, como as figuras parentais se distanciam existe menor frequência e intensidade do conflito (Moura & Matos, 2014).

Considera-se assim, que o conflito interparental afeta de forma negativa a idade adulta. Este processo, ocorre porque o conflito entre os pais pode ser um stressor que prejudica o ajustamento dos filhos e, que pode levar ao desenvolvimento de baixa autoestima e comprometimento da saúde mental. Este, também tem efeitos prejudiciais sobre o bem-estar na medida de que aumenta a probabilidade de os filhos vivenciarem conflitos no âmbito das suas relações com os pares e de adquirirem perceções, emoções e comportamentos desadaptativos que comprometam esta vertente. Deste modo, afeta o bem-estar psicológico, pode influenciar a ótica que os indivíduos possuem sobre si mesmos e sobre o que os rodeia e influenciar as suas motivações, decisões e o processo de crescimento pessoal (Turner & Kopiec, 2006).

## **1.2. Iniciativa de Crescimento Pessoal**

### **1.2.1. Domínio conceptual**

A iniciativa de crescimento pessoal (ICP) é um construto que deve ser analisado considerando aspetos e processos desenvolvimentais, ambientais, sociais e intencionais no âmbito dos indivíduos (Pedro & Silva, 2019).

O crescimento pessoal respeita à necessidade constante, por parte de todos os seres humanos de se aperfeiçoar, envolver em novos desafios e a novas experiências bem como da capacidade de resiliência em relação a todas as dificuldades e novas realidades experienciadas ao longo das diversas fases que existem no ciclo de vida (Robles, 2018).

A ICP é facilitadora do processo de mudança na busca do crescimento positivo e, permite que o indivíduo modifique aspetos que deseja alterar e preservar aqueles que acredita que sejam facilitadores do processo de autoaperfeiçoamento (J. Silva et al., 2020).

O surgimento da ICP, dá-se nos anos 90, proposto por Robitschek e é caracterizado como incorporando vertentes cognitivas (autoeficácia, valores, crenças) e também comportamentais (manifestação nos diversos domínios de vida) (Robitschek, 1998).

A ICP é bastante analisada na ótica da psicologia positiva, na sequência da sua relação com variáveis positivas como o processo de autonomia, a capacidade interpessoal, o apoio emocional e o sentido de autoeficácia (Pedro & Silva, 2019). Sendo uma característica que permite o desenvolvimento saudável e focado na melhoria pessoal, segundo estudos, a sua presença é preditora de diminuição de ansiedade e stress (Pedro & Silva, 2019). Deste modo,

este construto é considerado como uma característica que promove a saúde mental bem como o crescimento benéfico (Zaman & Naqvi, 2018).

A ICP considera-se um fator bastante importante na análise do sucesso na obtenção de metas e objetivos pessoais e no desenvolvimento humano adequado. Assim, como processo de envolvimento ativo e intencional no processo de mudança pessoal, indivíduos com níveis elevados desta são mais motivados na sua melhoria enquanto pessoas ou profissionais e indivíduos com baixos níveis desta demonstram-se menos confiantes no seu aprimoramento e menos capazes de enfrentar os desafios que lhes são impostos. A elevada ICP, leva a que haja mais bem-estar emocional, social e psicológico na sequência de menores problemas psicossociais e menor sofrimento emocional (Malik, 2013).

Segundo a literatura é possível caracterizar o conceito com base em dois princípios fundamentais associados à teoria da ICP, sendo que o primeiro princípio indica que a ICP é uma pré-condição do bem-estar psicológico e, o segundo, trata de que esta respeita a uma mudança intencional nas áreas que são salientes ao indivíduo (Weigold et al., 2013). A ICP possui assim dois princípios que lhe são subjacentes, o princípio da intencionalidade (crescimento consciente e intencional) e o princípio da transferibilidade (presença do construto em diversos domínios de vida, não se limitando apenas a um) (Pedro & Silva, 2019).

Assim, o primeiro princípio trata da associação do construto ao funcionamento ideal por meio da intencionalidade, existindo maior envolvimento deliberado na mudança pessoal. Este aspeto, é apoiado na literatura na medida de que o bem-estar psicológico tem relações positivas o crescimento pessoal intencional, enquanto estabelece relações negativas com o crescimento não intencional. Estas conclusões, foram replicadas em diversas investigações com estudantes universitários (Weigold et al., 2013).

O segundo princípio indica que a ICP não se associa apenas a um domínio de vida e, que as pessoas que exibem níveis elevados desta optam por crescer em diversas áreas da sua vida que acham importantes. Este construto, demonstra-se segundo a literatura como preditor da busca de ajuda psicossocial profissional em situações que careçam da mesma (Weigold et al., 2013).

A ICP é um antecedente da identidade vocacional por meio da exploração ambiental, pelo que estudantes universitários com níveis mais elevados desta apresentam maiores níveis de identidade profissional (Weigold et al., 2013).

De acordo com análises da Psicologia Positiva, este construto é fundamental e proficiente na construção e no desenvolvimento do bem-estar dos indivíduos e, estudantes que demonstrem altos níveis deste, apresentam maior sabedoria no âmbito das projeções que realizam para os seus papéis e ideais futuros, mostrando planos de ação mais exequíveis, realistas e racionais para o cumprimento das suas metas ou objetivos (Malik, 2013). Assim, o foco nos aspetos da vida positivos, no que é possível melhorar, permite que o indivíduo possa projetar metas, trabalhar para as mesmas e possíveis ganhos no presente e no futuro. Estes ganhos, geram satisfação e, conseqüentemente, maior impulso para o crescimento pessoal intencional (Stevic & Ward, 2008).

No âmbito da psicologia, o foco não é apenas na doença e na fraqueza, há também a consideração das virtudes humanas e do cultivo de novas aptidões. O crescimento pessoal, deve ser assim incentivado pois promove melhorias em outras vertentes psicológicas, sociais e físicas (Passareli & Silva, 2007).

Este construto é uma das dimensões do bem-estar psicológico, ou seja, do funcionamento psicológico ótimo, composto pela autoaceitação, pela autonomia, pelo estabelecimento de relações positivas com os outros, pelo domínio do meio ambiente e pelo propósito na vida e crescimento pessoal (Freitas et al., 2016).

Estudos sobre a ICP indicam que alunos com sentido de crescimento pessoal, apresentam senso de autoaperfeiçoamento, perfis de realização educacional mais sólidos e melhor capacidade de enfrentar crises pessoais e emocionais ao longo da sua vida universitária (Malik, 2013). Por sua vez, a realização acadêmica compreende a adaptação ao Ensino Superior como um processo que não envolve apenas desempenho acadêmico mas também a necessidade de crescimento pessoal (Tavares, 2014).

Pessoas com níveis baixos de ICP apresentam mais emoções negativas comparativamente aos que têm níveis altos, associadas à incapacidade de lidar mais logicamente com os desafios impostos no presente e para a vida futura. Este aspeto, tem sido associado a futuro *burnout* tanto pessoal como profissional (Malik, 2013).

Diversas abordagens conceptualizaram a ICP, pelo que duas destas são a abordagem Humanista e a Psicodinâmica (Pedro & Silva, 2019). Na perspectiva Humanista, o crescimento pessoal é fundamental para o desenvolvimento nos diversos aspetos da vida do ser humano, pelo que apoiam este construto no sentido da obtenção da autorrealização. Assim, o crescimento contínuo e a iniciativa para o desenvolvimento deste processo consideram-se fundamentais para a felicidade e realização pessoal (Robitschek, 1998). De acordo com a perspectiva Psicodinâmica, compreende-se o processo de individuação existente no ser humano, com a necessidade de alcance da superioridade e melhores capacidades na sequência de um desenvolvimento psicossocial mais completo e adequado (Pedro & Silva, 2019).

Uma teoria que se associa ao construto é a teoria da autoeficácia, pelo que esta indica que a maior capacidade de resiliência face às mudanças no ciclo de vida dos indivíduos leva a maiores níveis de autoeficácia associados, por sua vez, a maiores níveis de ICP, mudança e sucesso académico (Robitschek, 1998) (Barrera, 2010).

O processo de mudança inerente ao crescimento pessoal, sofre influência de fatores ambientais, desenvolvimentais e intencionais, pelo que os fatores ambientais, permitem que haja a consciência ou o reconhecimento da mudança. Os fatores desenvolvimentais, geram uma mudança que é despercebida pelo indivíduo, mas que ocorre ao longo do seu ciclo de vida. Em relação aos fatores intencionais, estes são mediados pela consciência da mudança na sequência de um movimento voluntário na direção da mesma por parte do indivíduo (Robitschek, 1998).

O crescimento pessoal é assim um processo que tanto pode ser intencional como não intencional e consciente ou inconsciente. Contudo, a ICP, trata unicamente do crescimento pessoal consciente e intencional (Pedro & Silva, 2019). Quando o crescimento pessoal é devido a processos intencionais, o indivíduo encontra-se plenamente consciente de que a mudança está a

ocorrer e está ativamente e voluntariamente envolvido em toda a transição para a mudança positiva (Fonseca, 2017).

A identidade e a personalidade são consideradas, segundo a literatura como duas características que geram impacto ao nível da ICP. A identidade, é estabelecida na transição do período da adolescência para a idade adulta, pelo que nesta fase a ICP se torna fundamental na busca de recursos para a obtenção das metas projetadas para o futuro. Há assim, nesta fase de transição a criação de metas claras e orientadas e o foco das energias no sentido destas para o presente e para o futuro. Em relação à personalidade, as características como a impaciência, inquietude e capacidade de concentração associam-se a sujeitos com maior ICP, sendo que estes são mais pró-ativos no alcance da melhoria pessoal (Freitas, 2020).

Portanto, a ICP é uma ferramenta que permite melhorar em diversos domínios de vida e, sendo intencional, direciona o crescimento orientado para responsabilidades (Hemant & Sharma, 2014). Esta, trata de um construto de consciencialização, compromisso planeado e de metacognição para o crescimento em todos os domínios de vida. Atua, assim, como construto promissor no desenvolvimento humano e realização pessoal do indivíduo (Beri & Jain, 2016).

Investigações no âmbito desta variável, apontam para que esta se associe a níveis baixos de distress psicológico adequando o desenvolvimento saudável (Hirata & Kamakura, 2018). Indivíduos orientados para o seu crescimento pessoal, agem mais de forma pró-ativa e altruísta (Freitas, 2020).

Esta apresenta-se assim facilitadora do crescimento onde as experiências traumáticas podem ser conceptualizadas de forma positiva aquando do sucesso no seu enfrentamento e levando a que os indivíduos se tornem mais fortes psicologicamente e com maior sentido de evolução e aprendizagem (Borowa et al., 2016). A ICP promove portanto, o bem-estar psicológico, ou seja, o funcionamento positivo na capacidade de autoaceitação, estabelecimento de relações positivas e afetivas com os outros e autoestima (Freitas, 2020). A autoestima trata das perceções que os indivíduos têm sobre as suas capacidades, as suas competências e o valor pessoal que têm, sendo uma consequência da ICP, mas também fundamental para o seu processo (Freitas, 2016).

A utilização da ICP como um recurso pessoal intrínseco, leva a que haja promoção de mudanças impulsionadoras de um crescimento positivo, saudável e ajustado. Assim, altos níveis deste constructo levam a maior aproveitamento das oportunidades, maior profissionalismo, melhor funcionamento interpessoal e proteção de patologias como a depressão (Freitas, 2020).

É reconhecido também ao nível da literatura que indivíduos com elevados níveis de ICP são mais propensos a procurar ajuda quando necessitam de lidar com uma situação problemática que os envolva. Assim, são mais proativos e buscam as ferramentas e o apoio necessário para a melhoria do bem-estar, do seu nível pessoal e da sua aprendizagem (Pedro & Silva, 2019).

A universidade sendo um local que oferece oportunidades únicas de crescimento e desenvolvimento, leva a que os indivíduos tenham que lidar com desafios e decisões importantes para o seu futuro (Pedro & Silva, 2019).

A ICP pode ser compreendida como sendo um recurso pessoal que abrange as habilidades que permitem a mudança positiva e, processo através do qual o indivíduo controla o efeito da mudança em si, considerando o meio que o rodeia (Brutti, 2019).

É constatado que a ICP é preditora de três domínios, o emocional, o psicológico e o bem-estar social, e em estudantes universitários com elevados níveis desta verifica-se maior determinação e procura de autoaperfeiçoamento (Brutti, 2019). Assim, demonstra-se um construto importante na construção da identidade, influenciado esta, e na exploração vocacional dos estudantes universitários (Freitas, 2020).

### **1.2.2. Associação com outras variáveis**

A ICP considera-se um construto bastante positivo, que tanto permite prevenir emoções negativas e até mesmo patologias, como permite que os indivíduos tenham maior bem-estar e satisfação com a vida. Os indivíduos que apresentam maior preparação no sentido de lidar com as mudanças que ocorrem no ciclo de vida, apresentam maior intenção de crescimento e, o maior envolvimento consciente e intencional neste processo leva a maior capacidade na realização de escolhas pessoais adequadas mesmo em circunstâncias de *stress* e pressão ambiental. Deste modo, os esforços são focados para a obtenção de ganhos futuros, o que gera melhores decisões, ajustamento psicológico e felicidade com a vida (Pedro & Silva, 2019).

Segundo as investigações, elevados níveis de ICP, associam-se ao estabelecimento de relações mais satisfatórias com os pares, sentido de vida, domínio, menos ansiedade social, maior capacidade de atingir atributos pessoais idealizados e maior bem-estar (Pedro & Silva, 2019). Assim, em consequência da obtenção de todos estes aspetos positivos na vida dos indivíduos, são gerados menores níveis de depressão, ansiedade, existe um *coping* mais reflexivo, afeto mais positivo, maior assertividade e a manifestação de um *locus* de controlo interno ao invés de externo (J. Silva et al., 2020).

De forma contrária, quando a ICP não está presente na vida das pessoas, a probabilidade de estas apresentarem dificuldades adaptativas em relação a novos contextos e na realização de decisões é maior, o que leva, por sua vez, a maiores níveis de ansiedade e stress e menor satisfação com a vida (J. Silva et al., 2020).

Nos estudos ao nível da literatura, as dimensões da ICP, associam-se positivamente ao otimismo, presença de sentido de vida e maior satisfação com as escolhas adotadas (Freitas et al., 2018).

Em circunstâncias de conflito interparental, sendo um problema que causa angústia tal como foi mencionado em pontos anteriores, a literatura indica que se o indivíduo possuir um elevado nível de ICP, releva-se mais capaz de enfrentar o problema de uma forma mais positiva, com maior capacidade de identificar modos de responder ao mesmo, com maior confiança e menor distress. A disposição deste construto, leva a maior capacidade de antecipação dos problemas e um esforço mais adequado no sentido de evitar os mesmos (Ayub & Iqbal, 2012).

As investigações no âmbito da variável género, indicam resultados ambivalentes onde há literatura que não revela impacto no que concerne à ICP, considerando que ambos os géneros apresentam o construto de forma similar e estudos que provam o contrário (Mohebi et al., 2018).

De acordo com os estudos que indicam a inexistência de diferenças significativas, este aspeto, deve-se ao facto de que tanto os homens como as mulheres serem conscientes da importância do crescimento pessoal e assim reunirem esforços para alcançar melhorias em si (Silva et al., 2020).

Ainda assim, diversos estudos apontam para que as mulheres apresentam níveis mais elevados de ICP comparativamente com os homens, em todas as subescalas excepto “uso de recursos”. Este resultado, pode ser compreendido na medida de que as mulheres apresentam maior preparação para a mudança e aplicarem os conhecimentos que possuem para tal, utilizando menos recursos externos para a mudança intencional. Um estudo realizado com estudantes universitários corroborou estas conclusões no sentido de que nas dimensões “prontidão para a mudança” e “planeamento” as mulheres apresentassem melhores resultados, sendo estes estatisticamente significativos e, nas dimensões “comportamento intencional” e “uso de recursos”, apresentassem igualmente valores superiores contudo as diferenças em relação ao género masculino não tenham sido significativas (Loureiro et al., 2020)

Apesar dos resultados anteriores, um estudo realizado por Robitschek e colaboradores (2012), indicou níveis mais elevados no género masculino nas dimensões de “planeamento”, “prontidão para a mudança” e “comportamento intencional” (Robitschek et al., 2012).

Relativamente aos grupos etários é expectável que indivíduos mais velhos possuam maior ICP pelo facto de terem maior foco no seu futuro e maior intenção de mudança para alcançar as metas projetadas para a sua vida (J. Silva et al., 2020). Assim, indivíduos mais jovens exploram as suas capacidades com maior hesitação e preocupações, contudo, com o avançar da idade os receios desaparecem e há maior delineação de objetivos e maior foco na execução de todas as etapas que permitem alcançar os mesmos (Freitas, 2020).

No que concerne à natureza dos relacionamentos, verifica-se que estudantes sem compromisso são mais autónomos e focam-se mais no seu futuro e no crescimento pessoal. Contrariamente, indivíduos que se encontram numa relação, dado que planeiam o futuro num âmbito a dois, apresentam uma ICP menor pois acreditam estarem mais próximos de a atingir como resultado de uma vida mais estável (J. Silva et al., 2020).

Existem investigações que analisam a este construto no âmbito das diferenças culturais e, esta é mais bem explicada em certas culturas como as ocidentais. Isto acontece, porque estas culturas possuem valores como a autonomia pessoal e a autodeterminação presentes. Contudo, as motivações para o crescimento pessoal encontram-se em todas as culturas associadas às necessidades psicológicas das mesmas e manifestadas de formas distintas. Culturas onde há um sentido mais individualista, levam a motivações associadas à autonomia e independência, contudo culturas mais coletivistas manifestam a necessidade de honra por parte da comunidade e, portanto, não perspetivam o crescimento pessoal do mesmo modo (Pedro & Silva, 2019).

A ICP pode ser associada a motivações para o voluntariado, sendo que indivíduos que praticam o voluntariado indicam que esta prática permite benefícios pessoais no sentido do crescimento pessoal (Perić, 2011).

É reconhecido também pela literatura, a associação do construto em diferentes áreas acadêmicas e, os resultados permitiram verificar que alunos de ciências demonstram valores mais altos de ICP comparativamente a alunos de artes. Alunos de áreas das ciências sociais, principalmente do curso de psicologia, apresentam maior sentido de crescimento pessoal (Freitas, 2020).

Outro aspeto que já foi analisado em estudos foi a presença de ICP em estudantes internacionais, na medida de que esta pode associar ao stress aculturativo e ao processo de adaptação destes estudantes. Estudantes internacionais com elevada ICP, demonstram-se mais bem preparados para a transição cultural e para a organização da sua vida numa nova sociedade. Deste modo, esta permite o crescimento e atenua os efeitos do stress aculturativo (Yakunina et al., 2013).

### **1.3. Importância da relação entre pais e filhos na compreensão do Conflito Interparental e da Iniciativa de Crescimento Pessoal**

Para que os indivíduos, possam viver com bem-estar, saúde e qualidade de vida é essencial que estabeleçam interações com outros indivíduos, desde o nascimento até à sua morte. Como seres humanos, pertencemos a diversos sistemas e todos eles têm impacto naquilo que somos, naquilo que transmitimos e no que acreditamos. A relação com os pares permite que o aparelho psíquico seja organizado haja a percepção própria e a significação de tudo o que nos rodeia (Érnica, 2006).

Os pais desempenham importantes funções como assegurar as necessidades dos seus filhos e funções educativas, mas também representam um contexto social vital na adaptação dos mesmos e para o seu desenvolvimento biopsicossocial (Wagner et al., 2005). As construções do aparelho psíquico do jovem adulto, têm como base e modelo as relações que foram estabelecidas com as suas figuras parentais ao longo de sua vida ou com as pessoas significativas do seu mundo social (Fidalgo, 2014).

O sistema parental pode ser afetado por diversas mudanças que podem gerar stress, estas mudanças são denominadas de crises. As crises, tanto podem levar a progresso, aprendizagem ou evolução, como também podem gerar conflitos e disfuncionalidade. Um sistema que não se consiga reorganizar ou ser resiliente face às mudanças que podem ocorrer, pode sofrer rutura. A rutura no subsistema conjugal, impacta consecutivamente todos os sistemas que se envolvem ao mesmo (Moura & Matos, 2014).

Com base na Teoria de Aprendizagem Social compreende-se que o comportamento aprendido bem como as formas de lidar com os conflitos experienciadas pelos filhos, podem

influenciar as suas manifestações comportamentais, o seu modo de processar a informação, de perceber as suas interações com os outros e com o que o rodeia (Fidalgo, 2014).

Segundo a Teoria da Vinculação, a disrupção nas relações parentais associa-se a padrões de vinculação insegura na idade adulta. A vinculação, é considerada um processo significativo para o desenvolvimento emocional adequado, envolvendo aspetos fundamentais como a dependência e a segurança (Fidalgo, 2014). Esta teoria, assume a existência de um sistema comportamental homeostático que é regulador do comportamento de procura de proximidade da criança ao seu cuidador e da necessidade que o ser humano possui de estabelecimento de relação próxima com o outro desde o início da sua vida (Gouveia, 2013). O estabelecimento de vinculação segura com os filhos, leva a bom ajustamento, maior afeto positivo e interações adequadas tanto da adolescência quanto na idade adulta. Por outro lado, a vinculação quando prejudicada, impacta o desenvolvimento emocional e social adequado (Fidalgo, 2014). A vinculação, é assim um construto psicológico que assume uma função determinante na formação e desenvolvimento do ser humano e que traduz a sua necessidade inata para a criar e estabelecer laços afetivos com elevada intensidade, tanto com figuras cuidadoras como com outras figuras ao longo da vida, possibilitando o saudável desenvolvimento e crescimento (Mota & Martins, 2018).

O ser humano possui um sistema de controlo mediado por comportamentos que são instintivos como a procura de proximidade. Este comportamento, destina-se à obtenção da proximidade desejada das figuras significativas de afeto para obter apoio, segurança e proteção (Mota & Martins, 2018). A teoria da vinculação, permite estes comportamentos e é definida pela existência de laços afetivos entre pessoas que perdura ao longo do tempo. Nesta relação, existe a procura de proximidade física e emocional, principalmente nos momentos de maior stress. Assim, existe a perceção do outro como fonte de segurança e uma base segura através da qual o mundo é explorado (Moura & Matos, 2014).

É possível de identificar quatro aspetos que definem as relações de vinculação, sendo estes a manutenção da proximidade, o porto seguro, a angústia de separação e a base segura (Gouveia, 2013). As figuras de vinculação, permitem assim a manutenção de proximidade e a sensação de segurança. Através disto, há a exploração do mundo, com base na perceção da figura de vinculação como base segura e porto de abrigo (Lantarón, 2015).

É reconhecido que o ser humano estabelece relações de vinculação com mais do que um indivíduo, sendo várias as figuras de vinculação. Há o estabelecimento de uma hierarquia de figuras e a preferência, por parte dos indivíduos, da principal figura. Assim, há o estabelecimento de contacto com a figura mais importante, em diversas circunstâncias como de medo, cansaço, angústia, doença e fome (Gouveia, 2013).

A criança desenvolve segurança emocional mediante o desenvolvimento de um vínculo seguro com as suas ou a sua figura parental, bem como pela exposição a uma relação interparental que lhe transmita confiança (Gouveia, 2013). Os pais são importantes modelos, pelo que funcionam de forma vicariante na formação do autoconceito vocacional dos seus filhos (Mota & Rocha, 2012). Na infância, há a necessidade de uma base segura por parte dos pais, que permita o desenvolvimento e exploração (Gouveia, 2013).

A influência dos pais ao nível do desenvolvimento pessoal considera a existência de influências definidoras e modeladoras. As primeiras, associadas ao contacto direto com os pais e transmissão de informação. O segundo tipo de influências, respeita à aprendizagem vicariante, onde através de fontes externas à família se compreende novas realidades (Mota & Rocha, 2012).

Os cuidados oferecidos pelos pais, desde o nascimento, correspondem às necessidades que o ser humano tem ao nível da representação que faz do self, representação acerca dos outros e ao nível do desenvolvimento de modelos representacionais (Gouveia, 2013).

A formação de modelos internos de funcionamento no seio do estabelecimento de vinculações, permite assim o desenvolvimento social, emocional, sentimental, das crenças, das expectativas, das regras de conduta e das estratégias de comportamento. Estes modelos, são dinâmicos, e vão sendo ativados e reformulados ao longo da vida através do contacto com experiências novas (Gouveia, 2013). Os diferentes modelos internos, associam-se a diferentes vivências afetivas e representações do self e de outros. Estes são arquitetados desde a primeira infância e modelam a construção das relações futuras. Estes firmam tanto a infância como a adolescência e são a base da personalidade do indivíduo e das suas perceções mantendo-se ao longo do ciclo vital e modelando continuamente as manifestações e perceções do indivíduo (Gouveia, 2013). Os modelos de funcionamento interno, são algo transversal ao desenvolvimento dos indivíduos, pelo que são modeladores do seu comportamento ao longo da sua vida (Gouveia, 2013).

É consensual, que tanto o pai como a mãe são importantes ao nível do desenvolvimento psicossocial dos seus filhos apesar, de durante alguns anos, ter existido a não relevância do papel que cada um oferece ao nível do desenvolvimento do subsistema filial (Paquette, 2004). A figura da mãe e do pai, representam papéis diferentes ao nível da família. Na grande parte das culturas, as mães são observadas como a principal fonte de prestação de cuidado físico e de saúde, enquanto o pai assegura os recursos da família, envolvendo-se menos na vida da criança. O pai, é assim reconhecido como o elo da ligação entre o mundo exterior e a criança (Paquette, 2004).

Contudo, apesar desta estrutura, na atualidade, devem ser considerados outros modos de parentalidade, como a homoparentalidade ou a monoparentalidade em que, pelo facto de não existir um pai e uma mãe disponíveis, há processos de vinculação e prestação de cuidados necessários (Morando et al., 2020).

Com o crescimento aparecem mudanças ao nível da composição da hierarquia, com afastamento e a adição de novas figuras. Contudo, as primeiras figuras de vinculação, que são os cuidadores ou os pais, não deixam de ser importantes e estabelecem um papel relevante naquilo que os seus filhos são como pessoas, pois foi no seio da primeira vinculação que houve espaço para a exploração do mundo em segurança. Na interação com diferentes figuras e diversidade de comportamentos sociais, são posteriormente desenvolvidos padrões de interação e existe a construção da identidade (Matos & Costa, 1996).

Na adolescência, época onde existem mudanças e transições, a vinculação passa por um período de transição que vai da vinculação da infância que é estabelecida com as figuras

parentais para a vinculação adulta que é estabelecida com figuras exteriores. Neste momento, a interação com os outros permite o alargamento das figuras de vinculação. Apesar deste processo transitivo, o apoio parental continua a ser necessário e o investimento e disponibilidade emocional crucial até à vida adulta. Contudo, existe a busca por maior autonomia e a independência em relação à família de origem (Moura & Matos, 2014).

Até à adolescência tardia, os pais são as figuras principais de vinculação, contudo, quando as relações românticas começam a originar-se na idade adulta, estas começam a subir na hierarquia da vinculação (Gouveia, 2013). Tanto a adolescência como a idade adulta, são marcadas por etapas desenvolvimentais associadas a mudanças que vão sendo desenvolvidas no âmbito da relação com as figuras parentais (Mota & Rocha, 2012). Desta forma, todo o percurso emocional dos jovens, torna-se fundamental para o seu crescimento pessoal (Mota & Rocha, 2012).

A vinculação e a autonomia são processos interdependentes, pois a busca de autonomia não invalida a necessidade do estabelecimento de relação com as figuras de vinculação e o seu investimento, porém, existe a progressiva transformação de uma relação complementar em uma relação de reciprocidade (Moura & Matos, 2014). A reciprocidade é assim a base das relações de vinculação na adolescência e na idade adulta. Deste modo, ambas as partes, tanto os pais quanto os filhos envolvem-se numa relação onde dão e recebem apoio e cuidado mútuo (Moura & Matos, 2014).

Assim, a vinculação traduz a necessidade que os indivíduos têm do estabelecimento de relações e laços afetivos intensos e, é um processo que permite o crescimento e o desenvolvimento adaptativo e saudável. As experiências relacionais que são vivenciadas no seio da relação de vinculação, levam à formação de uma organização interna associada a modelos internos dinâmicos (Mota & Martins, 2018). Os modelos internos dinâmicos, constituem mapas cognitivos, crenças, sentimentos e expectativas. Estes são, portanto, representações que se constroem acerca do próprio e do que o rodeia. As representações complexificam-se ao longo da vida (Mota & Martins, 2018).

É reconhecido pela literatura, um modelo bidimensional da vinculação no adulto, pelo que o mesmo incorpora duas dimensões do self e do outro em dois polos (negativo e positivo). Os modelos internos do self podem ser positivos, com u self merecedor de apoio e de amor ou negativos, com um self não merecedor. Em relação aos modelos dos outros podem ser positivos, com outros confiáveis e responsivos ou negativos, com outros não disponíveis (Bartholomew & Horowitz, 1991). Existe, portanto, o estilo seguro (visão positiva de si e do outro), preocupado (visão positiva do outro mas negativa de si), desinvestido (visão positiva de si mas negativa dos outros) e amedrontado (visão negativa de si e dos outros) (Bartholomew & Horowitz, 1991). Cada indivíduo, posiciona-se num quadrante e aqueles que se identificam com o seguro, são mais autoconfiantes em relação a todos os níveis da sua vida. Por outro lado, os altamente preocupados são mais emocionalmente reativos, sendo pouco confiantes, pouco coerentes e altamente dependentes dos outros no âmbito da busca do seu valor pessoal. No que concerne aos desinvestidos, têm níveis de confiança moderados ou elevados, são defensivos e tendem a utilizar por estratégias de coping o isolamento ou a defesa. Por último, os amedrontados, são

pouco autoconfiantes, têm dificuldades a confiar nos outros, são inseguros, hesitantes, dependentes e vulneráveis (Gouveia, 2013).

Diversos estudos atestam a influência do estilo de vinculação ao nível do desenvolvimento e, a sua importância para a idade adulta. Deste modo, quanto esta é comprometida pelo conflito interparental há impacto no desenvolvimento saudável do filho (Gouveia, 2013).

Ao longo do ciclo vital, os modelos internos reorganizam-se, adaptando-se às circunstâncias que são vivenciadas. As relações de vinculação, podem servir como modelo na construção de relações ao longo da vida (Mota & Martins, 2018).

Face aos cuidados transmitidos no seio desta relação, existe o crescimento da maturidade emocional e cognitiva (Mota & Martins, 2018).

Ao longo do desenvolvimento, os jovens que percebem apoio e confiança por parte das suas figuras de vinculação desenvolvem personalidades mais estruturadas, tendo maior resiliência e capacidade de adaptação a desafios que possam vivenciar (Mota & Martins, 2018). Deste modo, a boa relação com as figuras de vinculação leva a vivências emocionais mais estáveis e maior confiança no âmbito de enfrentar o futuro (Gouveia, 2013).

A transição para a vida adulta envolve mudanças como a independência e a consolidação da autonomia. O processo de desenvolvimento implica a reestruturação interna, pelo que na adolescência, existe a imposição de conflitos identitários sucessivos e a individuação face à família. Esta individuação associa-se a aumento da autonomia, identificação com o grupo de pares e incorporação da perspectiva do outro no self pessoal (Mota & Rocha, 2012). Na idade adulta, a base segura é tida pela sensação de segurança, pela familiaridade e a continuidade da constância das figuras que foram primordiais ao nível do ciclo vital (Gouveia, 2013).

Ao longo dos últimos anos, verifica-se que a construção de uma vida familiar distinta da família nuclear não se associa a questões etárias, isto porque cada vez mais tarde, os jovens adultos se separam da sua família de origem. Assim, por questões de investimento na educação para a carreira, exploração de realidades sociais distintas e dificuldades no encontrar de emprego estes permanecem na casa dos seus pais (Mota & Rocha, 2012).

A noção de curso de vida tem sofrido mudanças desde o século XX e, enquanto em anos anteriores existia uma ordem e tempo da ocorrência de determinados eventos vitais com base na idade, hoje a entrada no mundo adulto mudou a própria noção do ciclo de vida familiar. Atualmente, os jovens alcançam a condição adulta através de condições como o percurso escolar prolongado, inserção profissional mais tardia e instável e, o processo de passagem para a vida adulta depende assim do meio social, económico e cultural em que o jovem se envolve (Borges & Magalhães, 2009).

A entrada na vida adulta deve ser compreendida na atualidade, de acordo com as vivências dos jovens adultos, das suas necessidades pessoais diversas e com o confronto que existe com a entrada mais tardia no mercado de trabalho. Deste modo, há a permanência estendida na família nuclear (Mota & Rocha, 2012).

Dado este cenário mencionado, considera-se importante a compreensão da autonomia associada a um processo em que os pais continuam a estar presentes na vida dos filhos adultos e

a influenciar estes. A geração atual, é uma geração onde o investimento acadêmico leva a que este processamento aconteça. Compreende-se uma alteração na necessidade de abandono do seio parental, pelo que este é encarado como um apoio para a criação de condições para o processo de autonomia e de independência (Mota & Rocha, 2012).

A transição para a idade adulta carece da posse de competências que assumem um papel essencial na satisfação relacional, no sucesso académico e no sucesso profissional dos jovens adultos (Segrin et al., 2007).

Os estudos encontrados na literatura, confirmam que as competências sociais se relacionam de forma positiva aos modelos de representação internos que são construídos, assim, indivíduos que experienciaram uma vinculação segura são mais competentes comparativamente aos que experienciaram uma vinculação que não foi segura (Mallinckrodt & Wei, 2005). Assim, o contributo parental positivo, é essencial para a existência de menos problemas comportamentais na infância, atitudes positivas na adolescência e uma maior realização e saúde mental na idade adulta (Gouveia, 2013).

Um passo que se considera de extrema importância na transição da adolescência para a idade adulta é a construção da identidade pessoal. A construção de identidade surge como uma tarefa desenvolvimental importante que permite aos indivíduos se enquadrarem no meio que os rodeia, criarem sentido de continuidade e de unicidade pessoal (Mota & Matos, 2013).

Existe, ao longo do processo de separação e individuação, a necessidade de exploração do mundo emocional e cognitivo, a organização das ideias, valores e valores. Há o afastamento das figuras parentais e desenvolvimento autónomo, apesar da ligação que não é rompida com os pais e que existe ao longo de todo o ciclo de vida. Os pais são a principal fonte de crescimento pessoal e permitem a diversidade de experiências de exploração ao longo do desenvolvimento. Assim, permitem a garantia de um retorno a uma base segura (Mota & Matos, 2013).

A individuação é um processo que permite a evolução do indivíduo, no seio da díade relacional entre pais e filho. Este processo, começa no período da adolescência e a ligação que se estabelece com as figuras parentais, é assumida como estável ao longo dos anos da infância, da adolescência e até ao início da idade adulta. Por sua vez, a individualidade é assim o processo de independência do jovem à autoridade parental, pelo que há a mudança de autoridade unilateral para autoridade de cooperação e reciprocidade (Mota & Matos, 2013).

Existem várias explicações teóricas que relacionam o conflito interparental com o bem-estar do subsistema filial, que incluem o esclarecimento do impacto do stress que o conflito provoca ao nível do sistema. Algumas das hipóteses e teorias que são discutidas ao nível da literatura no âmbito desta relação são a hipótese *spillover*, a teoria do *stress* familiar, a teoria social cognitiva e a hipótese compensatória (Bradford et al., 2008).

A hipótese *spillover* prediz a existência de uma associação positiva entre o conflito interparental e a relação entre pais e filhos, na medida de que há transferência das emoções sentidas no relacionamento conjugal (emoções negativas ou positivas) para a relação que é estabelecida entre os pais e os filhos (Vian et al., 2018). Assim, esta hipótese indica que relações negativas entre pais podem gerar relações negativas entre pais e filhos. A relação negativa com os filhos, na sequência de todos os aspetos anteriormente mencionados, leva a desajustes

emocionais, sociais e cognitivos pois os pais são bases importantes no desenvolvimento dos seus filhos. A noção da triangulação suporta esta hipótese, pelo que a inserção do filho no âmbito do conflito leva a instabilidades nas relações entre pais e filhos e cria espaço para o desajustamento na prática da parentalidade (Bradford et al., 2008).

Outra teoria mencionada que auxilia na explicação do impacto do conflito interparental no desenvolvimento do subsistema filial é a teoria do stress familiar. Esta, indica que os stressores do conflito sobrecarregam as capacidades do sistema familiar levando a desequilíbrios no funcionamento adequado do sistema (Bradford et al., 2008).

A teoria social cognitiva é também mencionada ao nível da literatura, e apoia a hipótese *spillover* na medida de que, postula que devido à interação de comportamento, ambiente e fatores cognitivos individuais há impacto direto do conflito interparental nos filhos pois estes aprendem condutas através deste (Bradford et al., 2008).

No que concerne à hipótese compensatória, esta indica que a má relação conjugal pode levar ao carecimento de satisfação das necessidades no âmbito da relação com os filhos. Assim, os pais podem buscar em seus filhos apoio emocional, o que pode não ser algo saudável, pela necessidade e envolvimento dos filhos no conflito no âmbito da entrega suporte (Bradford et al., 2008). Desta forma, esta prevê uma relação inversa entre a qualidade do relacionamento conjugal e a qualidade do relacionamento parental (Vian et al., 2018).

As interações que são estabelecidas no âmbito da vida dos indivíduos têm impacto também na ICP, na medida de que os pais entre outros pares, são relevantes no processo dada a reestruturação interna inerente a processo de desenvolvimento e à importância que os pais têm nesta (Mota & Rocha, 2012).

Os pais, são figuras que impactam a ICP, pelo que, no âmbito da formação dos estudantes universitários, estes podem auxiliar os filhos nas suas necessidades orientando os mesmos nas áreas pessoal, académica, cultural e social.

Assim, as figuras parentais demonstram-se essenciais tanto para o crescimento adequado na presença de conflitos interparentais e para a motivação a nível académico e, por sua vez, na ICP dos seus filhos (Almeida & Melo-Silva, 2011).

## **1.4. Objetivos e hipóteses**

Com base em toda a revisão bibliográfica elaborada, reconhece-se a pertinência de analisar a possível relação entre o conflito interparental e a iniciativa de crescimento pessoal, nomeadamente ao nível do género, estado civil dos pais e natureza do relacionamento. Ao nível dos estudos encontrados na literatura, não existem dados que associem o conflito interparental com a iniciativa de crescimento pessoal, contudo, procura-se, meio desta investigação, verificar se existe uma associação entre ambas as variáveis, com base na justificação da importância demonstrada do conflito interparental para o desenvolvimento adequado e saudável dos jovens adultos. Assim, considerando os dados da investigação revistos, parece ser relevante esta análise e, para tal, objetiva-se, mais especificamente, por meio deste estudo:

- Analisar o conflito interpaparental e as suas dimensões (Propriedades do conflito, Culpa e Ameaça) em função do género e do estado civil dos pais;
- Analisar a ICP e suas subescalas em função do género e de ter um relacionamento íntimo;
- Analisar a relação existente entre as dimensões do conflito interpaparental e as subescalas da ICP.

Com base na revisão bibliográfica efetuada, de acordo com a questão de investigação e com os objetivos supramencionados, são apresentadas as hipóteses que orientam a presente investigação:

H1: Considerando a variável género, existem diferenças estatisticamente significativas entre os estudantes universitários, pelo que o género feminino percebe maiores níveis de conflito interpaparental comparado com o género masculino.

H2: Considerando a variável género, existem diferenças estatisticamente significativas ao nível das dimensões do conflito interpaparental, pelo que o género feminino apresenta valores mais elevados na dimensão ameaça comparativamente ao género masculino.

H3: Considerando o estado civil dos pais, existem diferenças estatisticamente significativas entre os estudantes universitários, pelo que filhos de pais divorciados ou separados indicam maiores níveis de conflito comparativamente aos filhos de pais casados ou em união de facto.

H4: Considerando o estado civil dos pais, existem diferenças estatisticamente significativas entre os estudantes universitários, pelo que filhos de pais divorciados ou separados indicam maiores níveis nas dimensões propriedades do conflito e ameaça do conflito interpaparental comparativamente aos filhos de pais casados ou em união de facto.

H5: Considerando a variável género, existem diferenças estatisticamente significativas entre os estudantes universitários, pelo que o género feminino apresenta maior iniciativa de crescimento pessoal em relação ao género masculino.

H6: Considerando a variável género, existem diferenças estatisticamente significativas ao nível das componentes da iniciativa de crescimento pessoal, pelo que o género feminino apresenta maior prevalência em todas as subescalas.

H7: Considerando a variável ter um relacionamento íntimo, existem diferenças estatisticamente significativas entre os estudantes universitários, pelo que estudantes sem compromisso apresentam maiores níveis nas componentes da iniciativa de crescimento pessoal comparativamente aos que se encontram numa relação.

H8: Existe uma relação estatisticamente significativa entre o conflito interparental e a iniciativa de crescimento pessoal, sendo que os participantes que percecionem elevado conflito interparental irão apresentar baixa iniciativa de crescimento pessoal.

H9: Existe uma relação estatisticamente significativa entre as dimensões do conflito interparental e as componentes da iniciativa de crescimento pessoal.

## Capítulo 2 – Método

### 2.1. Apresentação do estudo

O presente estudo foi desenvolvido no âmbito do projeto “Violência 360º - Violência interpessoal e bem-estar psicológico em jovens – violência nas relações interpessoais e iniciativa de crescimento pessoal”. O objetivo primordial do mesmo é analisar ao nível de estudantes do ensino superior, o conflito interparental e a iniciativa de crescimento pessoal.

A presente investigação é de natureza quantitativa, com um design correlacional, transversal e com comparação de grupos. Considera-se correlacional na medida de que analisa a relação entre variáveis em estudo, sem existir manipulação das mesmas, transversal na medida em que os dados são recolhidos num único momento existindo um foco num grupo que representa a população em estudo e com comparação de grupos (Sousa et al., 2007).

### 2.2. Participantes

Na presente investigação participaram 925 alunos do ensino superior. Este número de participantes não foi o considerado para o presente estudo, pelo que foi realizada a exclusão de participantes com dados sociodemográficos e questões associadas às escalas consideradas por preencher. Neste sentido, consideraram-se 815 participantes entre as idades de 17 e 25 anos ( $M= 20.46$ ;  $DP= 1.913$ ) sendo 361 sujeitos do género masculino (44,3%) e 454 sujeitos do género feminino (55,7%). Quanto ao estado civil dos pais, 644 sujeitos têm os pais casados (79%), 30 sujeitos têm os pais a viver juntos/união de facto (3,7%), 116 sujeitos têm os pais separados/divorciados (14,2%) e 25 sujeitos têm os pais em outra situação (3,1%). No que respeita ao ter ou não um relacionamento íntimo, 375 sujeitos não têm um relacionamento íntimo (46%) e 440 sujeitos têm um relacionamento íntimo (54%) (Tabela 1).

**Tabela 1**

*Caraterização sociodemográfica da amostra (N=815)*

		<b>N</b>	<b>Percentagem (%)</b>
Género	Masculino	361	44,3%
	Feminino	454	55,7%
Estado civil dos pais	Casados	644	79%
	Viver juntos/União de facto	30	3,7%
	Separados/Divorciados	116	14,2%
	Outra situação	25	3,1%
Relacionamento íntimo	Não	375	46%
	Sim	440	54%

## **2.3. Instrumentos**

Para a finalidade da pesquisa, foram considerados como instrumentos um Questionário Sociodemográfico, a *The Children's Perception of Interparental Conflict Scale* e a Escala de Iniciativa de Crescimento Pessoal II, descritos em seguida.

### **2.3.1. Questionário sociodemográfico**

Um dos instrumentos utilizados foi o Questionário Sociodemográfico visto que este permite a recolha dos dados necessários para analisar a população em estudo. Desta forma, por meio deste questionário reuniu-se informações essenciais tanto para a caracterização da amostra como para a compreensão da distribuição dos dados em determinada população.

De todos os dados recolhidos foram consideradas as variáveis: género, estado civil dos pais e ter um relacionamento íntimo mencionadas ao nível das hipóteses apresentadas.

### **2.3.2. *The Children's Perception of Interparental Conflict Scale (CPIC)***

Com base na Teoria Cognitivo-Contextual, foi desenvolvida a *The Children's Perception of Interparental Conflict Scale*, uma escala que avalia o construto do conflito interparental em crianças, adolescentes e adultos (Moura et al., 2006).

A escala considerada no estudo é a versão portuguesa desenvolvida por Otávio Moura, Rute Andrade e Paula Mena Matos. Esta escala trata de um questionário de autorrelato que analisa as percepções tidas em relação aos conflitos que existem entre as figuras parentais. Deste modo, procura assim compreender a relação o conflito e o ajustamento dos filhos que varia de acordo com as características do conflito, fatores contextuais e o nível de desenvolvimento cognitivo (Moura et al., 2006).

A escala, é composta 48 itens, que correspondem a nove subescalas (frequência, intensidade, resolução, conteúdo, percepção de ameaça, eficácia, culpa, triangulação e estabilidade). As subescalas são ainda agrupadas em três dimensões diferentes, sendo estas a propriedade do conflito (frequência, resolução e intensidade), a culpa (conteúdo e culpa) e a ameaça (eficácia e percepção de ameaça). Cada um dos itens é respondido de acordo com uma escala do tipo *Likert* que compreende 6 pontos, sendo estes “Discordo totalmente”, “Discordo”, “Discordo moderadamente”, “Concordo moderadamente”, “Concordo” e “Concordo totalmente”. (Moura et al., 1992). Os itens 1,2,5,8,12,18,22,26,27,35,38 e 47 são cotados de forma inversa.

Relativamente às dimensões da escala, a dimensão propriedades do conflito avalia a percepção tida associada a uma forma destrutiva do conflito interparental, a dimensão culpa avalia a percepção associada à autculpabilização face ao conflito interparental e a dimensão ameaça avalia a percepção de ameaça e do medo causado pelo conflito interparental (Fidalgo, 2014).

É de referir que, após diversas análises exploratórias, confirmatórias e da consistência interna realizadas por Grych e colaboradores, estes decidiram eliminar devido à saturação as subescalas Triangulação e Estabilidade (Moura et al., 2006).

Em relação à sua consistência interna medida através do cálculo do alfa de *Cronbach*, este instrumento apresenta qualidades psicométricas adequadas (Tabela 2).

**Tabela 2**

*Consistência interna da The Children's Perception of Interparental Conflict Scale*

	Grych et al.,(1992)		Moura et al., (2010)	Presente estudo
<b>Propriedades do Conflito</b>	.90	.89	.92	.92
Frequência	.70	.68	.75	.76
Intensidade	.82	.80	.84	.82
Resolução	.83	.82	.86	.85
<b>Ameaça</b>	.83	.83	.79	.79
Perceção de Ameaça	.82	.83	.81	.83
Eficácia	.69	.65	.66	.62
<b>Culpa</b>	.78	.84	.76	.70
Conteúdo	.74	.82	.72	.76
Culpa	.61	.69	.57	.43
Triangulação	.71	.62	.60	.67
Estabilidade	.65	.64	.79	.86

### 2.3.3. Escala de Iniciativa de Crescimento Pessoal – II (EICP-II)

A primeira versão da EICP foi validada por Robitschek, sendo esta a *Personal Growth Initiative Scale (PGIS)*. Esta escala foi melhorada e transformada por apresentar limitações na investigação da ICP (Brutti, 2019). Esta não considera as diferentes dimensões que são ponderadas pelo que apenas avalia um construto unidimensional não conseguindo estimar se os processos cognitivos e comportamentais são significativamente discrepantes no que trata ao processo de mudança. Além desta limitação, os itens desta foram desenvolvidos de modo específico para um programa que objetivava a busca do equilíbrio de vida, a identificação do propósito de vida e a determinação de metas (Weigold et al., 2013).

A segunda versão da escala, a *Personal Growth Initiative Scale II (PGIS-II)* foi construída para colmatar as limitações tidas na primeira escala desenvolvida. Tendo fortes propriedades psicométricas, esta avalia o crescimento pessoal em adultos com base num questionário com 16 itens divididos em quatro fatores (prontidão para a mudança, planeamento, comportamento intencional e uso de recursos). A resposta aos itens é dada de acordo com uma escala do tipo *Likert* com as respostas: “Discordo totalmente”, “Discordo em parte”, “Discordo

um pouco”, “Concordo um pouco”, “Concordo em parte” e “Concordo totalmente” (Bhattacharya & Mehrotra, 2014).

A dimensão cognitiva é analisada com base nos fatores “prontidão para a mudança” e “planeamento”. A prontidão para a mudança trata da habilidade na identificação de situações que permitam o crescimento pessoal. O planeamento trata da aptidão para organizar estratégias que facilitem o crescimento pessoal (Robitschek et al., 2012). Em relação à dimensão comportamental, tem-se os fatores “comportamento intencional” e “uso de recursos”. O primeiro refere-se à avaliação da disposição e motivação tida para alcance dos objetivos estabelecidos. O segundo trata do uso de recursos pessoais ou externos no âmbito de conseguir ajuda para o processo de mudança intencional (Fonseca, 2017).

Pessoas com níveis elevados nos fatores cognitivos, sabem quando e como realizar as mudanças bem como estabelecer objetivos realistas para o processo de mudança. No que concerne a valores elevados na dimensão comportamental, demonstram que as pessoas reconhecem como podem utilizar os recursos externos que têm disponíveis para iniciar comportamentos intencionais que objetivam o aperfeiçoar de suas condutas e melhorar-se (Robitschek et al., 2012).

Neste estudo foi considerada uma versão da autoria de Freitas e colaboradores, sendo esta uma tradução da *PGIS-II* para português (Freitas et al., 2018).

Em relação à sua consistência interna medida através do cálculo do alfa de *Cronbach*, este instrumento apresenta qualidades psicométricas adequadas (Tabela 3).

### **Tabela 3**

#### *Consistência interna da EICP-II*

	Robitschek et al., (2012)	Freitas et al., (2018)	Estudo
Prontidão para a mudança	.83	.86	.78
Planeamento	.84	.79	.87
Comportamento intencional	.89	.78	.83
Uso de recursos	.80	.75	.76

## **2.4. Procedimentos**

### **2.4.1. Procedimentos de investigação**

Para a realização deste estudo, elaborou-se um protocolo de investigação comum aos investigadores que participam no projeto. A elaboração do protocolo, o processo de recolha da amostra e a inserção dos dados recolhidos no *IBM SPSS Statistics 27* foram realizados pelos orientadores do projeto.

Após a conclusão da inserção de todos os dados, a base foi partilhada a todos os elementos do projeto e, após isso, foi procedida à sua “limpeza” com base nas variáveis consideradas para o estudo. Neste processo, como mencionado anteriormente, foram excluídos participantes que não responderam na totalidade ou à maioria dos itens de uma das escalas em estudo ou ao questionário sociodemográfico.

## **2.4.2. Procedimentos estatísticos**

Primeiramente, ao nível da análise estatística, foram caracterizadas as variáveis em estudo, nomeadamente o género, o estado civil dos pais e o relacionamento íntimo. Após a caracterização da amostra, realizou-se a análise da consistência interna dos instrumentos considerados, através do cálculo do alfa de *Cronbach*, com o objetivo de medir o grau de confiabilidade dos presentes construtos (Maroco, 2006).

Após esta análise, foi realizada a análise descritiva da amostra com o objetivo de descrever as características básicas, utilizando medidas de tendência central. Como a amostra considerada na presente investigação é superior a 30, não realizamos a verificação da normalidade, pois com base no teorema do limite central (TLC) quanto maior for a amostra  $N > 30$ , maior a tendência para a apresentação de distribuição normal, não existindo a necessidade da verificação das distribuições (Martins, 2011).

Após a análise exploratória realizou-se a análise inferencial, objetivando testar as hipóteses estabelecidas. Assim, para a realização desta análise foi utilizado o Teste T para amostras independentes permitindo a exploração das diferenças entre uma variável dependente intervalar e dois grupos independentes e testar se as diferenças são estatisticamente significativas. Foi utilizada a análise de variância (ANOVA) unifatorial que possibilita a exploração das diferenças entre uma variável intervalar e três ou mais grupos independentes, sendo que as ANOVAS foram seguidas de testes de comparações múltiplas para localizar as diferenças entre os grupos.. Por último, recorreu-se a um teste de associação para avaliar a direção da associação de variáveis quantitativas, utilizando o coeficiente de correlação de Pearson (Pallant, 2005).

## Capítulo 3 – Resultados

### 3.1. Estatísticas descritivas

A análise descritiva objetiva a caracterização detalhada das escalas consideradas no estudo e das características sociodemográficas da amostra. Esta caracterização considerou a utilização da média, desvio padrão e dos valores mínimo e máximo.

Em seguida encontra-se a análise descritiva detalhada de cada uma das escalas consideradas, nomeadamente a *The Children's Perception of Interparental Conflict Scale* e Escala de Iniciativa de Crescimento Pessoal- II.

#### 3.1.1. Análise descritiva dos resultados da *The Children's Perception of Interparental Conflict Scale*

Para efetuar a análise detalhada do conflito interparental na população considerada, foi calculada a escala total, de forma a analisar a prevalência da variável na população. Com base na Tabela 4, a escala total expôs a média de 2.55 (DP=.702), com o valor mínimo de 1 e máximo de 5. Considerando que a CPIC varia entre os valores de 1 e 6 e o ponto médio desta é de 3.5, a presente amostra encontra-se ligeiramente abaixo, o que pode ser um ligeiro indicador da ausência de conflito interparental.

**Tabela 4**

*Análise descritiva da escala total da CPIC*

Escala	N	Nº itens	Média	Desvio-padrão	Mínimo	Máximo
Total	815	48	2.55	.702	1	5

De acordo com os valores da Tabela 5, existe uma tendência central de resposta, assegurada pela média de resposta para cada item, dado que a maioria dos itens tem por valor de média 2 que corresponde às respostas entre “Discordo” e “Discordo moderadamente”. É de referir que seguidamente a esta tendência de resposta, encontra-se bastantes itens com valor de média 1 que corresponde a respostas entre “Discordo totalmente” e “Discordo”.

**Tabela 5***Análise descritiva dos itens constituintes da CPIC*

<b>Itens</b>	<b>N</b>	<b>Média</b>	<b>Desvio-padrão</b>
Item 1	815	4.49	1.400
Item 2	815	2.31	1.320
Item 3	815	1.97	1.217
Item 4	815	3.13	1.417
Item 5	815	3.49	1.414
Item 6	815	2.82	1.574
Item 7	815	1.75	1.146
Item 8	815	3.17	1.842
Item 9	815	2.11	1.337
Item 10	815	2.93	1.510
Item 11	815	2.04	1.576
Item 12	815	3.43	1.497
Item 13	815	2.97	1.486
Item 14	815	2.28	1.563
Item 15	815	3.17	1.712
Item 16	815	1.65	1.010
Item 17	815	2.22	1.414
Item 18	815	2.94	1.471
Item 19	815	1.55	.913
Item 20	815	2.79	1.475
Item 21	815	2.71	1.545
Item 22	815	3.77	1.394
Item 23	815	2.59	1.623
Item 24	815	2.04	1.428
Item 25	815	1.80	1.153
Item 26	815	3.53	1.674
Item 27	815	2.53	1.456
Item 28	815	1.76	1.095
Item 29	815	1.76	1.294
Item 30	815	2.64	1.526
Item 31	815	2.95	1.466
Item 32	815	2.64	1.749
Item 33	815	2.00	1.307
Item 34	815	2.87	1.596
Item 35	815	4.15	1.445
Item 36	815	1.79	1.064
Item 37	815	1.43	1.004
Item 38	815	3.58	1.448
Item 39	815	2.21	1.317

Item 40	815	1.44	.861
Item 41	815	1.66	1.137
Item 42	815	1.35	.922
Item 43	815	2.60	1.355
Item 44	815	2.60	1.708
Item 45	815	2.79	1.465
Item 46	815	1.82	1.352
Item 47	815	3.27	1.968
Item 48	815	2.89	1.494

Analisando as dimensões da CPIC, com base na Tabela 6, verifica-se que a dimensão com maior média é a dimensão ameaça ( $M=2.89$ ,  $DP=0.844$ ), sendo que a subescala que mais contribui para a elevação deste valor é a subescala da eficácia ( $M=3.11$ ,  $DP=0.838$ ). Seguidamente, a dimensão com maior valor de média é a dimensão propriedades do conflito ( $M=2.81$ ,  $DP=0.918$ ), pelo a subescala que mais contribui para a elevação deste valor é a subescala frequência ( $M=2.92$ ,  $DP=1.011$ ). A dimensão com valor de média mais baixo é a dimensão culpa, pelo que nas subescalas que a constituem verifica-se que a subescala culpa revela maior valor de média ( $M=2.27$ ,  $DP=0.794$ ).

### **Tabela 6**

*Análise descritiva das dimensões e subescalas da CPIC*

<b>Dimensão ou Subescala</b>	<b>N</b>	<b>Nº itens</b>	<b>Média</b>	<b>Desvio-padrão</b>	<b>Mínimo</b>	<b>Máximo</b>
Dimensão Propriedades do Conflito	815	19	2.81	.918	1	6
Frequência	815	6	2.92	1.011	1	6
Intensidade	815	7	2.69	.944	1	6
Resolução	815	6	2.85	1.095	1	6
Dimensão Ameaça	815	12	2.89	.844	1	6
Perceção da Ameaça	815	6	2.67	1.187	1	6
Eficácia	815	6	3.11	.838	1	6
Dimensão Culpa	815	9	2.05	.702	1	5
Conteúdo	815	4	1.77	.822	1	5
Culpa	815	5	2.27	.794	1	5
Triangulação	815	4	1.86	.891	1	5
Estabilidade	815	4	2.10	1.193	1	6

### 3.1.2. Análise descritiva dos resultados da Escala de Iniciativa de Crescimento Pessoal II

Para efetuar a análise detalhada da iniciativa de crescimento pessoal na população considerada, foi calculada a escala total, de forma a analisar a prevalência da variável na população. Com base na Tabela 7, a escala total expôs a média de 3.59 (DP= .736), com o valor mínimo de 1 e máximo de 5. Considerando de a EICP-II varia entre os valores de 0 e 5, considerando o ponto médio de 2.5, a presente amostra encontra-se acima, o que pode ser um indicador da presença de iniciativa de crescimento pessoal.

**Tabela 7**

*Análise descritiva da escala total da EICP-II*

Escala	N	Nº itens	Média	Desvio-padrão	Mínimo	Máximo
Total	815	16	3.59	.736	1	5

Verifica-se a existência de uma tendência central de resposta, assegurada pela média de resposta para cada item, dado que a maioria dos itens tem por média o valor 3 que corresponde a respostas entre o “Concordo um pouco” e “Concordo em parte” (Tabela 8).

**Tabela 8**

*Análise descritiva dos itens constituintes da EICP-II*

Itens	N	Média	Desvio-padrão
Item 1	815	3.75	1.057
Item 2	815	3.64	1.040
Item 3	815	3.63	1.070
Item 4	815	3.90	1.000
Item 5	815	3.64	1.052
Item 6	815	2.91	1.337
Item 7	815	3.59	1.081
Item 8	815	3.80	1.029
Item 9	815	4.06	.950
Item 10	815	3.64	1.011
Item 11	815	3.64	.971
Item 12	815	3.47	1.058
Item 13	815	3.39	1.038
Item 14	815	2.95	1.302
Item 15	815	3.90	.954
Item 16	815	3.61	1.043

Analisando as subescalas da EICP-II, com base na Tabela 9, verifica-se que a subescala com maior média é o comportamento intencional ( $M=3.86$ ,  $DP=0.810$ ), seguidamente é a prontidão para a mudança ( $M=3.67$ ,  $DP=0.793$ ), depois o planeamento ( $M=3.61$ ,  $DP=0.852$ ) e , por último, o uso de recursos ( $M=3.11$ ,  $DP=1.017$ ).

**Tabela 9**

*Análise descritiva das subescalas da EICP-II*

<b>Subescalas</b>	<b>N</b>	<b>Nº itens</b>	<b>Média</b>	<b>Desvio- padrão</b>	<b>Mínimo</b>	<b>Máximo</b>
Prontidão para a mudança	815	4	3.67	.793	0	5
Planeamento	815	5	3.61	.852	0	5
Uso de recursos	815	3	3.11	1.017	0	5
Comportamento Intencional	815	4	3.86	.810	1	5

### **3.2. Estatísticas inferenciais**

Ao nível da análise inferencial, pretende-se primeiramente verificar a relação entre as escalas e as variáveis sociodemográficas considerando as hipóteses estabelecidas. Após esta análise, será examinada a relação existente entre as variáveis Conflito Interparental e Iniciativa de Crescimento Pessoal.

Para a exploração das diferenças existentes entre as escalas e as variáveis sociodemográficas serão considerados testes de diferenças (Teste T e Análise da Variância Unidirecional) de modo a investigar as diferenças entre uma variável intervalar dependente (CPIC e a EICP-II) e as variáveis independentes (género, estado civil dos pais e relacionamento íntimo) (Pallant, 2005).

Para a análise de associação entre as escalas consideradas, será realizado o teste de correlação de *pearson* que permite avaliar a associação entre duas variáveis intervalares (Pallant, 2005).

### 3.2.1. Conflito Interparental

**Hipótese 1:** Considerando a variável género, existem diferenças estatisticamente significativas entre os estudantes universitários, pelo que o género feminino percebe maiores níveis de conflito interparental comparado com o género masculino.

**Tabela 10**

*Teste T para amostras independentes para a análise das diferenças de género considerando a CPIC*

	Género	N	Média	Desvio-padrão	P
CPIC (escala total)					
	Masculino	361	2.52	0.678	
	Feminino	454	2.58	0.721	.078

*Nota.*  $p > .05$

O teste para amostras independentes apresenta duas hipóteses estatísticas:

- Hipótese nula: Não há diferenças entre a iniciativa de crescimento pessoal e a variável género, se  $p > 0.05$ .
- Hipótese 1: Há diferenças entre a iniciativa de crescimento pessoal e a variável género, se  $p < 0.05$ .

Analisando o resultado obtido, verifica-se que o género feminino apresenta maior média ( $M=2.58$ ,  $DP=0.721$ ) quando comparado com o género masculino ( $M=2.52$ ,  $DP=0.678$ ). Estes valores indicam que existe uma maior perceção do conflito interparental por parte do género feminino. Contudo, o valor de  $p > .05$  ( $p = .078$ ) leva à aceitação da  $H_0$ , ou seja, que não existem diferenças estatisticamente significativas ao nível do género no conflito interparental (Tabela 10).

**Hipótese 2:** Considerando a variável género, existem diferenças estatisticamente significativas ao nível das dimensões do conflito interparental, pelo que o género feminino apresenta valores mais elevados na dimensão ameaça comparativamente ao género masculino.

**Tabela 11**

*Teste T para amostras independentes para a análise das diferenças de género considerando as dimensões do CPIC*

	Género	N	Média	Desvio-padrão	P
Propriedades do Conflito	Masculino	361	2.76	0.852	.016
	Feminino	454	2.86	0.966	
Ameaça	Masculino	361	2.83	0.828	.185
	Feminino	454	2.94	0.855	
Culpa	Masculino	361	2.10	0.722	.277
	Feminino	454	2.00	0.684	

*Nota.*  $p > .05$

O teste para amostras independentes apresenta duas hipóteses estatísticas:

- Hipótese nula: Não há diferenças entre o conflito interparental e a variável género, se  $p > 0.05$ .
- Hipótese 1: Há diferenças entre o conflito interparental e a variável género, se  $p < 0.05$ .

Analisando o resultado obtido, o género feminino apresenta valores superiores nas dimensões Propriedades do Conflito ( $M=2.86$ ,  $DP=0.966$ ) e Ameaça ( $M=2.94$ ,  $DP=0.855$ ) comparativamente ao género masculino. No caso da dimensão Culpa, o género masculino obteve um valor superior ( $M=2.10$ ,  $DP=0.722$ ) comparativamente com o género feminino. Relativamente ao valor de  $p$  verifica-se que  $p > .05$  nas dimensões Ameaça ( $p = .185$ ) e Culpa ( $p = .277$ ) pelo que não existem diferenças estatisticamente significativas nestas dimensões ao nível do género, contudo, verifica-se que  $p < 0.05$  na dimensão Propriedades do Conflito ( $p = .016$ ), o que leva à rejeição de  $H_0$  apresentando a existência de diferenças estatisticamente significativas nesta dimensão ao nível do género (Tabela 11).

**Hipótese 3:** Considerando o estado civil dos pais, existem diferenças estatisticamente significativas entre os estudantes universitários, pelo que filhos de pais divorciados ou separados indicam maiores níveis de conflito comparativamente aos filhos de pais casados ou em união de facto.

**Tabela 12**

*ANOVA I para a análise das diferenças entre o estado civil dos pais tendo por referência a CPIC*

	Estado civil dos pais	N	Média	Desvio-padrão	P
CPIC (escala total)	Casados	644	2.45	0.643	.003
	Viver juntos/união de facto	30	2.77	0.775	
	Separados/Divorciados	116	3.08	0.716	
	Outra situação	25	2.48	0.870	

*Nota. p >.05*

O teste para amostras independentes apresenta duas hipóteses estatísticas:

- Hipótese nula: Não há diferenças entre o conflito interparental e a variável estado civil dos pais, se  $p > 0.05$ .
- Hipótese 1: Há diferenças entre o conflito interparental e a variável estado civil dos pais, se  $p < 0.05$ .

Considerando os resultados obtidos através da análise da variância unifatorial, verifica-se que existem diferenças estatisticamente significativas entre os grupos dado que  $p < 0.05$  ( $p = .003$ ), rejeitando-se  $H_0$ . Os participantes que têm os pais separados/divorciados ( $M = 3.08$ ,  $DP = 0.716$ ) apresentam uma perceção mais elevada de conflito interparental, seguidamente os participantes com pais a viver juntos/união de facto apresentam perceção mais elevada ( $M = 2.77$ ,  $DP = 0.775$ ), seguidamente os participantes com pais numa outra situação apresentam perceção mais elevada ( $M = 2.48$ ,  $DP = 0.870$ ) e, por último, os participantes com pais casados apresentam perceção mais baixa ( $M = 2.45$ ,  $DP = 0.643$ ) (Tabela 12).

**Tabela 13**

*Teste Bonferroni para a análise das diferenças entre o estado civil dos pais tendo por referência a CPIC*

	Estado civil dos pais	P
CPIC (escala total)	Casados com Separados/Divorciados	.000
	Viver juntos/união de facto com Separados/Divorciados	.162

*Nota. p >.05*

O teste para amostras independentes apresenta duas hipóteses estatísticas:

- Hipótese nula: Não há diferenças entre o conflito interparental e a variável estado civil dos pais, se  $p > 0.05$ .
- Hipótese 1: Há diferenças entre o conflito interparental e a variável estado civil dos pais, se  $p < 0.05$ .

Considerando os resultados obtidos através da análise de Bonferroni, verifica-se que existem diferenças estatisticamente significativas entre os grupos casados e separados/divorciados dado que  $p < 0.05$  ( $p = .000$ ), rejeitando-se  $H_0$ . Entre os grupos viver juntos/união de facto e separados/divorciados não se verificaram diferenças estatisticamente significativas dado que  $p > 0.05$  ( $p = .162$ ), aceitando-se  $H_0$  (Tabela 13).

**Hipótese 4:** Considerando o estado civil dos pais, existem diferenças estatisticamente significativas entre os estudantes universitários, pelo que filhos de pais divorciados ou separados indicam maiores níveis nas dimensões propriedades do conflito e ameaça do conflito interparental comparativamente aos filhos de pais casados ou em união de facto.

**Tabela 14**

*ANOVA I para a análise das diferenças entre o estado civil dos pais tendo por base as componentes da CPIC*

	Estado civil dos pais	N	Média	Desvio-padrão	P
<b>Propriedades do conflito</b>	Casados	644	2.68	0.840	.000
	Viver juntos/união de facto	30	3.19	1.110	
	Separados/Divorciados	116	3.48	0.903	
	Outra situação	25	2.76	1.216	
<b>Culpa</b>	Casados	644	2.04	0.690	.016
	Viver juntos/união de facto	30	2.17	0.641	
	Separados/Divorciados	116	2.08	0.810	
	Outra situação	25	1.97	0.540	
<b>Ameaça</b>	Casados	644	2.81	0.825	.620
	Viver juntos/união de facto	30	2.95	0.727	
	Separados/Divorciados	116	3.36	0.825	
	Outra situação	25	2.78	0.877	

Nota.  $p > .05$

O teste para amostras independentes apresenta duas hipóteses estatísticas:

- Hipótese nula: Não há diferenças entre o conflito interparental e a variável estado civil dos pais, se  $p > 0.05$ .
- Hipótese 1: Há diferenças entre o conflito interparental e a variável estado civil dos pais, se  $p < 0.05$ .

Os resultados obtidos demonstram que não existem diferenças estatisticamente significativas na dimensão Ameaça ( $p = .620$ ) e o estado civil dos pais pois  $p > .05$ . No que concerne à dimensão Propriedades do Conflito ( $p = .000384$ ) e à dimensão Culpa ( $p = .016$ ), o valor  $p < .05$  demonstra a existência de diferenças estatisticamente significativas entre o conflito interparental e o estado civil nestas dimensões. Desta forma, rejeita-se  $H_0$ . Analisando o estado civil ao nível das dimensões, verifica-se que os casais “separados/divorciados” obtiveram valores superiores comparativamente aos restantes ao nível das dimensões Propriedades do Conflito ( $M=3.48$ ,  $DP=0.903$ ) e Ameaça ( $M=3.36$ ,  $DP=0.825$ ). Relativamente à dimensão Culpa, verifica-se que os casais a “viver juntos/união de facto” apresentam valores superiores ( $M=2.17$ ,  $DP=0.641$ ) (Tabela 14).

**Tabela 15**

*Teste Bonferroni para a análise das diferenças entre o estado civil dos pais tendo por base as componentes da CPIC*

	Estado civil dos pais	P
<b>Propriedades do conflito</b>	Casados com Separados/Divorciados	.000
	Viver juntos/união de facto com Separados/Divorciados	.679
	Casados com Separados/Divorciados	1.000
	Viver juntos/união de facto com Separados/Divorciados	1.000
<b>Culpa</b>	Casados com Separados/Divorciados	.000
	Viver juntos/união de facto com Separados/Divorciados	.089

*Nota.*  $p > .05$

O teste para amostras independentes apresenta duas hipóteses estatísticas:

- Hipótese nula: Não há diferenças entre o conflito interparental e a variável estado civil dos pais, se  $p > 0.05$ .
- Hipótese 1: Há diferenças entre o conflito interparental e a variável estado civil dos pais, se  $p < 0.05$ .

Os resultados obtidos demonstram que apenas existem diferenças estatisticamente significativas dado que  $p < 0.05$  na dimensão propriedades do conflito entre os estados civis casados e separados/divorciados ( $p = .000$ ) e na dimensão ameaça entre os estados civis casados e separados/divorciados ( $p = .000$ ) (Tabela 15).

### 3.2.2. Iniciativa de Crescimento Pessoal

**Hipótese 5:** Considerando a variável género, existem diferenças estatisticamente significativas entre os estudantes universitários, pelo que o género feminino apresenta maior iniciativa de crescimento pessoal em relação ao género masculino.

**Tabela 16**

*Teste T para amostras independentes para a análise das diferenças de género considerando a EICP-II*

	Género	N	Média	Desvio-padrão	P
EICP-II (escala total)	Masculino	361	3.48	0.774	
	Feminino	454	3.69	0.692	0.044

*Nota.*  $p > .05$

O teste para amostras independentes apresenta duas hipóteses estatísticas:

- Hipótese nula: Não há diferenças entre a iniciativa de crescimento pessoal e a variável género, se  $p > 0.05$ .
- Hipótese 1: Há diferenças entre a iniciativa de crescimento pessoal e a variável género, se  $p < 0.05$ .

Analisando o resultado obtido, verifica-se que o género feminino apresenta maior média ( $M=3.69$ ,  $DP=0.692$ ) quando comparado com o género masculino ( $M=3.48$ ,  $DP=0.774$ ). Estes valores indicam que existe uma maior perceção da ICP por parte do género feminino. O valor de  $p < 0.05$  ( $p = .044$ ) leva à rejeição da hipótese nula, ou seja, que existem diferenças estatisticamente significativas ao nível do género na ICP (Tabela 16).

**Hipótese 6:** Considerando a variável género, existem diferenças estatisticamente significativas ao nível das componentes da iniciativa de crescimento pessoal, pelo que o género feminino apresenta maior prevalência em todas as subescalas.

**Tabela 17**

*Teste T para amostras independentes para a análise das diferenças de género considerando as subescalas da EICP-II*

	Género	N	Média	Desvio-padrão	P
Prontidão para a mudança	Masculino	361	3.52	0.853	.002
	Feminino	454	3.80	0.718	
Planeamento	Masculino	361	3.52	0.898	.069
	Feminino	454	3.68	0.807	
Uso de recursos	Masculino	361	3.04	1.017	.530
	Feminino	454	3.16	1.015	
Comportamento intencional	Masculino	361	3.72	0.866	.015
	Feminino	454	3.97	0.745	

*Nota.*  $p > .05$

O teste para amostras independentes apresenta duas hipóteses estatísticas:

- Hipótese nula: Não há diferenças entre a iniciativa de crescimento pessoal e a variável género, se  $p > 0.05$ .
- Hipótese 1: Há diferenças entre a iniciativa de crescimento pessoal e a variável género, se  $p < 0.05$ .

Analisando o resultado obtido, o género feminino apresenta valores superiores nas subescalas Prontidão para a mudança ( $M=3.80$ ,  $DP=0.718$ ), Planeamento ( $M=3.68$ ,  $DP=0.807$ ), uso de recursos ( $M=3.16$ ,  $DP=1.015$ ) e Comportamento intencional ( $M=3.97$ ,  $DP=0.745$ ) comparativamente ao género masculino. Existe um valor de  $p > 0.05$  nas subescalas Planeamento ( $p = .069$ ) e Uso de Recursos ( $p = .530$ ). Deste modo aceita-se a hipótese nula, não existindo diferenças estatisticamente significativas nestas subescalas ao nível do género. Existe um valor de  $p < 0.05$  nas subescalas Prontidão para a mudança ( $p = .002$ ) e Comportamento intencional ( $p = .015$ ), pelo que rejeita-se a hipótese nula não existindo diferenças estatisticamente significativas nestas subescalas ao nível do género (Tabela 17).

**Hipótese 7:** Considerando a variável ter um relacionamento íntimo, existem diferenças estatisticamente significativas entre os estudantes universitários, pelo que estudantes sem compromisso apresentam maiores níveis nas componentes da iniciativa de crescimento pessoal comparativamente aos que se encontram numa relação.

**Tabela 18**

*Teste T para amostras independentes para a análise das diferenças de ter um relacionamento íntimo considerando a EICP-II*

	Relacionamento íntimo	N	Média	Desvio-padrão	P
EICP-II (escala total)	Não	375	3.51	0.749	.079
	Sim	440	3.66	0.717	

*Nota.  $p > .05$*

O teste para amostras independentes apresenta duas hipóteses estatísticas:

- Hipótese nula: Não há diferenças entre a iniciativa de crescimento pessoal e a variável ter um relacionamento íntimo, se  $p > 0.05$ .
- Hipótese 1: Há diferenças entre a iniciativa de crescimento pessoal e a variável ter um relacionamento íntimo, se  $p < 0.05$ .

Considerando o resultado obtido, os participantes que têm um relacionamento íntimo ( $M=3.66$ ,  $DP=0.717$ ) apresentam maiores níveis de iniciativa de crescimento pessoal comparativamente aos participantes que não têm um relacionamento íntimo. Apesar destes resultados é possível concluir que não existem diferenças estatisticamente significativas entre os indivíduos que têm um relacionamento íntimo e os que não têm considerando a ICP, pelo que o  $p > 0.05$  ( $p = .079$ ), aceitando a hipótese nula (Tabela 18).

### **3.2.3. Relação entre o conflito interparental e a iniciativa de Crescimento Pessoal**

**Hipótese 8:** Existe uma relação estatisticamente significativa entre o conflito interparental e a iniciativa de crescimento pessoal, sendo que os participantes que apresentem elevado conflito interparental irão apresentar baixa iniciativa de crescimento pessoal.

**Tabela 19**

*Coeficiente de correlação de Pearson para a análise da associação entre o conflito interparental e a iniciativa de crescimento pessoal ( $N = 815$ ).*

	EICP- II (escala total)	
	r	P
CPIC (escala total)	- 0.138	.000

*Nota.  $p > .05$*

O teste para amostras independentes apresenta duas hipóteses estatísticas:

- Hipótese nula: Não há associação estatisticamente significativa entre o conflito interparental e a iniciativa de crescimento pessoal, se  $p > 0.05$ .
- Hipótese 1: Há associação estatisticamente significativa entre o conflito interparental e a iniciativa de crescimento pessoal, se  $p < 0.05$ .

De acordo com os resultados obtidos, verifica-se que existe uma correlação negativa estatisticamente significativa entre o conflito interparental e a iniciativa de crescimento pessoal na medida de que o valor de  $r$  de Pearson negativo foi superior a 0 e  $p < 0.05$  ( $r = -0.138$ ,  $p = .000073$ ). Deste modo, rejeita-se a  $H_0$  (Tabela 19).

**Hipótese 9:** Existe uma relação estatisticamente significativa entre as dimensões do conflito interparental e as componentes da iniciativa de crescimento pessoal.

**Tabela 20**

*Coefficiente de correlação de Pearson para a análise da associação entre as dimensões do conflito interparental e as componentes da iniciativa de crescimento pessoal (N = 815).*

		Prontidão para a mudança	Planeamento	Uso de Recursos	Comportamento Intencional
Propriedades do Conflito	r	-.097	-.171	-.070	-.118
	p	.006	.000	.045	.001
Ameaça	r	-.084	-.159	-.042	-.092
	P	.016	.000	.227	.009
Culpa	r	-.093	-.067	.029	-.105
	P	.008	.055	.402	.003

*Nota.*  $p > .05$

O teste para amostras independentes apresenta duas hipóteses estatísticas:

- Hipótese nula: Não há associação estatisticamente significativa entre as dimensões, se  $p > 0.05$ .
- Hipótese 1: Há associação estatisticamente significativa entre as dimensões, se  $p < 0.05$ .

De acordo com os resultados obtidos, verifica-se que existe uma correlação negativa estatisticamente significativa, rejeitando-se a  $H_0$ , entre a dimensão propriedades do conflito e todas as componentes da iniciativa de crescimento pessoal, a dimensão ameaça e as componentes prontidão para a mudança, planeamento e comportamento intencional e a dimensão culpa e as componentes prontidão para a mudança e comportamento intencional.

Esta correlação é possível de aferir na medida de que o valor de  $r$  de *Pearson* foi negativo nestas correlações e  $p < 0.05$  (Tabela 20). A correlação entre a dimensão ameaça e a componente uso de recursos demonstrou-se negativa ( $r = -.042$ ), contudo  $p > 0.05$  ( $p = .227$ ) logo é aceite a  $H_0$ , não existindo uma associação estatisticamente significativa entre as dimensões. Relativamente à correlação entre a dimensão culpa e a componente planeamento, verifica-se que existe uma correlação negativa ( $r = -.067$ ), contudo  $p > 0.05$  ( $p = .055$ ) logo é aceite a  $H_0$ , não existindo uma associação estatisticamente significativa entre as dimensões. Por último, em relação à correlação entre a dimensão culpa e a componente uso de recursos, verificou-se uma correlação positiva ( $r = .029$ ) e uma associação que não é estatisticamente significativa dado que  $p > 0.05$  ( $p = .402$ ), sendo a  $H_0$  aceite (Tabela 20).

## Capítulo 4 – Discussão

O presente estudo considerou 815 estudantes universitários, sendo a maior parte do género feminino (55.7%), com pais casados (79%) e numa relação íntima (54%). Em relação à variável conflito interparental, através da análise inferencial, verificou-se indicadores da sua baixa presença na amostra. É interessante refletir sobre este resultado, na medida de que os dados do presente estudo foram recolhidos durante uma fase pandémica, nomeadamente, na pandemia COVID-19 que, segundo a literatura existente, impactou o sistema de muitas famílias com repercussões económicas, sociais e laborais. Os stressores que se sobrepuseram no contexto pandémico predisuseram os membros dos casais a um aumento dos desentendimentos e conflitos (Silva et al., 2020) algo não se manifestou na presente investigação. Relativamente à iniciativa de crescimento pessoal, verificou-se indicadores da sua elevada presença na amostra considerada.

Foram consideradas e testadas nove hipóteses no presente estudo, considerando a análise bibliográfica realizada.

A primeira hipótese testada foi “Considerando a variável género, existem diferenças estatisticamente significativas entre os estudantes universitários, pelo que o género feminino percebe maiores níveis de conflito interparental comparado com o género masculino”. Relativamente à mesma, os resultados obtidos indicaram que **não existem diferenças estatisticamente significativas ao nível do género**, contudo, o género feminino apresentou maior perceção de conflito interparental. Considerando este último aspeto, o resultado pode ser enquadrado na revisão de literatura considerada que indica que as raparigas apresentam maiores níveis nas componentes do conflito em relação aos rapazes (Fidalgo, 2014) e isso pode dever-se aos papéis de género e à expressão de sentimentos de acordo com os mesmos onde existe mais problemas de internalização e sensibilidade ao conflito interparental (Davies & Lindsay, 2004), com maior necessidade de proximidade às figuras parentais do género feminino (Gouveia, 2013).

No que concerne à segunda hipótese testada “Considerando a variável género, existem diferenças estatisticamente significativas ao nível das dimensões do conflito interparental, pelo que o género feminino apresenta valores mais elevados na dimensão ameaça comparativamente ao género masculino.”, os resultados obtidos indicaram que **não há diferenças estatisticamente significativas nas dimensões Ameaça e Culpa** ao nível do género e que **há diferenças estatisticamente significativas na dimensão Propriedades do conflito ao nível do género**. Além deste resultado, verificou-se que o género feminino apresenta valores superiores nas dimensões Propriedades do conflito e Ameaça. O género masculino apresentou valor superior na dimensão Culpa comparativamente com o género feminino. De acordo com o exposto, verifica-se que o género feminino tem valores superiores na dimensão ameaça, fazendo corresponder o resultado aos dados da literatura que indicam que o género feminino se sente mais ameaçado comparativamente ao género masculino (Gouveia, 2013). Considero ainda assim interessante refletir sobre o valor mais elevado na dimensão Culpa manifestado pelo género masculino. Segundo a literatura, podia suceder-se este resultado

dado que ambos os géneros são vulneráveis aos conflitos (Cummings et al., 1994) e os estudos não são consistentes ao nível da análise desta variável e o conflito interparental (Fidalgo, 2014). Contudo, ainda assim, a literatura indica que o género feminino é mais propenso a assumir a responsabilidade no âmbito do conflito (Cummings et al., 1994) e, considerado que a dimensão Culpa se associa à autoculpabilização face ao conflito interparental (Fidalgo, 2014), neste estudo, verifica-se que esta autoculpabilização e, portanto, responsabilização é mais notória no género masculino.

Em relação à terceira hipótese considerada “Considerando o estado civil dos pais, existem diferenças estatisticamente significativas entre os estudantes universitários, pelo que filhos de pais divorciados ou separados indicam maiores níveis de conflito comparativamente aos filhos de pais casados ou em união de facto”, os resultados obtidos foram de que **existem diferenças estatisticamente significativas entre os grupos** considerando uma análise mais geral, contudo, analisando os resultados obtidos através da análise de Bonferroni, verificou-se que existem diferenças estatisticamente significativas entre os grupos casados e separados/divorciados e que não existem diferenças estatisticamente significativas entre os grupos viver juntos/união de facto e separados/divorciados. Ainda assim, analisando os valores de média, os participantes com pais separados ou divorciados apresentaram maior perceção de conflito interparental comparativamente aos pais a viver juntos ou em união de facto e casados. Assim, o resultado está de acordo com a literatura existente que indica que é exetável que filhos de casais separados ou divorciados evidenciem perceções de conflito interparental mais elevadas comparativamente com os filhos de pais casados ou em união de facto (Gouveia, 2013). Existem estudos que contrapõem este ponto de vista, indicando que após o divórcio passa a existir menor frequência e intensidade do conflito (Moura & Matos, 2014), sendo algo que não se verificou neste estudo.

Em referência à quarta hipótese “Considerando o estado civil dos pais, existem diferenças estatisticamente significativas entre os estudantes universitários, pelo que filhos de pais divorciados ou separados indicam maiores níveis nas dimensões propriedades do conflito e ameaça do conflito interparental comparativamente aos filhos de pais casados ou em união de facto.”, os resultados obtidos indicaram que **existem diferenças estatisticamente significativas na dimensão propriedades do conflito entre os estados civis casados e separados/divorciados e na dimensão ameaça entre os estados civis casados e separados/divorciados**. Ao nível das dimensões, verificou-se que os casais divorciados ou separados obtiveram valores superiores comparativamente aos casais em união de facto ou casados nas dimensões Propriedades do Conflito e Ameaça. Ao nível da dimensão Culpa, os casais em união de facto apresentaram valores superiores. Assim, o resultado está de acordo com a literatura existente na medida de que os casais separados ou divorciados expressão valores superiores nas dimensões propriedades do conflito e ameaça (Gouveia, 2013).

No que se refere à quinta hipótese “Considerando a variável género, existem diferenças estatisticamente significativas entre os estudantes universitários, pelo que o género feminino apresenta maior iniciativa de crescimento pessoal em relação ao género masculino”, os resultados obtidos indicaram que **existem diferenças estatisticamente significativas ao**

**nível do gênero**, pelo que o gênero feminino apresentou maior média. Assim, considerando o mencionado, o resultado está de acordo com a literatura existente que indica que o gênero feminino pode apresentar valores mais elevados de ICP comparativamente ao gênero masculino (Loureiro et al., 2020)

Tendo em consideração a sexta hipótese “Considerando a variável gênero, existem diferenças estatisticamente significativas ao nível das componentes da iniciativa de crescimento pessoal, pelo que o gênero feminino apresenta maior prevalência em todas as subescalas”, os resultados adquiridos indicaram que **não existem diferenças estatisticamente significativas ao nível das subescalas Planeamento e Uso de recursos na variável gênero e que existem diferenças estatisticamente significativas ao nível das subescalas Prontidão para a mudança e Comportamento intencional**. Apesar deste aspeto, o gênero feminino apresentou valores superiores em todas as subescalas da ICP. De acordo com o mencionado, o resultado está de acordo com a literatura existente que indica que o gênero feminino pode apresentar valores superiores nas subescalas da ICP comparativamente ao gênero masculino (Loureiro et al., 2020) e que as mulheres possuem maior preparação para a mudança e aplicação de conhecimentos para tal (Pedro & Silva, 2019).

No que diz respeito à sétima hipótese “Considerando a variável ter um relacionamento íntimo, existem diferenças estatisticamente significativas entre os estudantes universitários, pelo que estudantes sem compromisso apresentam maiores níveis nas componentes da iniciativa de crescimento pessoal comparativamente aos que se encontram numa relação”, o resultado obtido indicou que **não existem diferenças estatisticamente significativas ao nível desta variável na ICP**. Apesar disto, os participantes que têm um relacionamento íntimo apresentaram maiores níveis de iniciativa de crescimento pessoal comparativamente aos participantes que não têm um relacionamento íntimo. Considerando o mencionado, o resultado não está de acordo com a literatura considerada que indica que estudantes sem compromisso têm mais ICP e que contrariamente, indivíduos que se encontram numa relação, dado que planeiam o futuro num âmbito a dois, apresentam uma ICP acreditando estarem mais próximos de a atingir uma vida mais estável (Silva et al., 2020). Contudo, numa ótica reflexiva perante a literatura existente, o resultado obtido pode ser analisado na medida de que até à adolescência tardia os pais são as principais figuras de vinculação, contudo quando surgem relações românticas estas tornam-se o topo da hierarquia da vinculação (Moura & Matos, 2014) e, tal como os pais, as novas figuras de vinculação podem ser geradoras de desenvolvimento saudável, crescimento e, por sua vez, iniciativa de crescimento pessoal (Mota & Martins, 2018).

Relativamente à oitava hipótese “Existe uma relação estatisticamente significativa entre o conflito interparental e a iniciativa de crescimento pessoal, sendo que os participantes que apresentem elevado conflito interparental irão apresentar baixa iniciativa de crescimento pessoal”, os resultados obtidos indicaram que **se verifica a existência de uma correlação estatisticamente significativa e negativa entre o conflito interparental e a iniciativa de crescimento pessoal**. Assim, o resultado obtido confirma a hipótese testada, contudo não existe forma de confrontar este resultado com a literatura dada a inexistência de estudos que correlacionem estas duas variáveis. Apesar disto, este valor pode ser justificado, numa ótica

reflexiva perante os dados da literatura, através da compreensão da importância que os pais têm na aprendizagem, transmissão de conhecimentos culturais, crescimento físico, emocional e intelectual em qualquer fase do ciclo de vida (Zemp et al., 2016). As experiências relacionais estabelecidas na infância, influenciam o processo de desenvolvimento da personalidade, de repertórios saudáveis e a construção de modelos internos dinâmicos (Mota & Martins, 2018). Sendo um dos stressores mais significativos e causador de impacto no subsistema filial (Fidalgo, 2014), o conflito interparental possivelmente pode afetar a iniciativa de crescimento.

No que respeita à nona e última hipótese “Existe uma relação estatisticamente significativa entre as dimensões do conflito interparental e as componentes da iniciativa de crescimento pessoal”, os resultados obtidos indicaram **a existência de correlações negativas estatisticamente significativas entre a dimensão propriedades do conflito e todas as componentes da iniciativa de crescimento pessoal**, sendo este um aspeto possível de compreender à luz do exposto ao nível da literatura. As propriedades do conflito compreendem as dimensões: intensidade, frequência, duração, conteúdo e a resolução do conflito. De acordo com os estudos existentes, quanto maior a frequência e intensidade dos conflitos parentais, maior a incidência de problemas de ajustamento emocional e comportamental dos filhos (Casimiro, 2014), pelo que este aspeto se reflete ao nível deste estudo na iniciativa de crescimento pessoal. **Existe uma correlação negativa e estatisticamente significativa entre a dimensão ameaça e as componentes prontidão para a mudança, planeamento e comportamento intencional.** Neste sentido, afere-se que maior sensação de ameaça reflete menor prontidão para a mudança, planeamento e comportamento intencional. Apesar de não poder comparar estes resultados com outros estudos ao nível da literatura pela inexistência dos mesmos, de facto a literatura aponta que quanto maior a ameaça sentida no âmbito do conflito, maior a restrição na expressão da individualidade, déficit nas competências sociais e dificuldades na defesa dos próprios direitos (Gouveia, 2013). Por último, **existe uma correlação negativa estatisticamente significativa entre a dimensão culpa e as componentes prontidão para a mudança e comportamento intencional.** Segundo a literatura, a existência de um ambiente com presença de conflito, leva a que os jovens adultos sejam mais inibidos na expressão da sua individualidade e quanto maior a sensação de culpa maior a limitação na manifestação da individualidade própria (Gouveia, 2013). Relativamente ao conteúdo, os estudos indicam que o impacto é maior nos filhos quando o tema do conflito se associa aos mesmos, por exemplo relativamente ao seu sucesso académico (Casimiro, 2014). Este aspeto não é possível de avaliar, contudo pode estar presente ao nível deste resultado. Por último, mencionar que **existe uma correlação negativa não estatisticamente significativa entre a dimensão ameaça e a componente uso de recursos, uma correlação negativa não estatisticamente significativa entre a dimensão culpa e a componente planeamento.** Em relação a estas correlações a literatura não aponta nenhum dado, contudo, compreende-se que quanto maior a sensação de ameaça, menor o uso de recursos, podendo este processo ser compreendido, numa ótica reflexiva, de algum tipo de inibição e receio em solicitar apoio no âmbito do crescimento pessoal movido, por exemplo, por sentimentos de insegurança e

desconfiança. Verifica-se que quanto maior o sentimento de culpa menor o planeamento, não havendo forma de comparar estes dados com a literatura existente, contudo, a interpretação possível de dar a este resultado pode considerar sensações de impotência face ao conflito geradas pelos sentimentos de culpa. Por último, **existe uma correlação positiva não estatisticamente significativa entre a dimensão culpa e a componente uso de recursos**. Face a este resultado, não existe dados na literatura, contudo, este pode ser interpretado na base de que maiores sentimentos de culpa levam a maior busca por recursos para o crescimento pessoal no sentido de buscar resiliência para enfrentar as dificuldades vivenciadas (Robles, 2018).

## **Conclusão**

O presente estudo teve como principal objetivo analisar o conflito interparesntal e a iniciativa de crescimento pessoal, no âmbito da análise das variáveis sociodemográficas: género, estado civil dos pais e ter um relacionamento íntimo. Este também pretendeu correlacionar o conflito interparesntal com a iniciativa de crescimento pessoal.

A pertinência deste estudo prende-se na medida do contributo que oferece como mais uma investigação que analisa o conflito interparesntal ao nível do género e do estado civil dos pais e, mais uma investigação que analisa o género e ter um relacionamento íntimo ao nível da iniciativa de crescimento pessoal. A principal contribuição desta investigação é o estudo da correlação entre o conflito interparesntal e a iniciativa de crescimento pessoal, sendo uma análise à qual não se encontrou bibliografia nem estudos realizados.

Apesar da pouca literatura existente acerca da variável iniciativa de crescimento pessoal, espera-se que o presente estudo tenha contribuído para um maior conhecimento acerca da mesma. No que concerne ao conflito interparesntal, a população estudada manifestou pouco esta variável e, contrariamente, em relação à iniciativa de crescimento pessoal, os resultados demonstraram que a população apresenta elevados níveis da mesma, sendo este um aspeto muito positivo na “ótica” da psicologia.

Posto isto, seria interessante e relevante o estudo e análise da correlação entre o conflito interparesntal e a ICP, na medida da compreensão que este tipo de conflito tem ao nível desta variável tão importante no processo de autoaperfeiçoamento e tão analisa ao nível da psicologia positiva na sequência da sua relação com o processo de autonomia, capacidades interpessoais, apoio emocional e autoeficácia (Pedro & Silva, 2019), desenvolvimento saudável e característica promotora de saúde mental e crescimento benéfico (Zaman & Naqvi, 2018).

## **Limitações do estudo**

Este estudo apresentou algumas limitações que devem ser consideradas. Uma limitação compreendida é a extensão do protocolo de investigação, que pode ter levado a que os participantes não respondessem às perguntas ou não respondessem com a mesma atenção nas últimas questões. Devido ao não preenchimento das questões, alguns participantes tiveram que ser excluídos pois não cumpriam os requisitos para inclusão neste estudo. Outra limitação é o facto da iniciativa de crescimento pessoal ser uma variável recente e existir alguma escassez de bibliografia acerca da mesma. Deste modo, esse aspeto limitou o estudo pois não foi possível confrontar as variáveis de modo tão eficaz. É importante referir a falta de homogeneidade ao nível das variáveis estudadas, nomeadamente o género, estado civil dos pais e relacionamento íntimo, que pode ter influenciado os resultados obtidos. Considera-se também como uma limitação, o facto de os dados terem sido recolhidos através de contactos sociais o que pode ter

gerado efeito de desejabilidade social. O estudo não considera o período de existência do conflito interparental, isto é, não distingue indivíduos que vivenciam conflitos há anos, por exemplo, dos que vivenciam recentemente, sendo este um aspeto que pode influenciar os resultados em questão. Este também não considera a existência de patologias psicológicas que afetem a existência de iniciativa de crescimento pessoal. Relativamente à consistência interna, verificou-se um valor baixo na subescala culpa ao nível da CPIC, com o Alfa=0.43, sendo inferior 0.70. Como se utilizou apenas as dimensões da CPIC (Propriedades do conflito, Culpa e Ameaça) e, especificamente, a dimensão culpa que é analisada com base nas subescalas culpa e ameaça demonstrou um valor de alfa aceitável para considerar as conclusões extraídas, este valor não interferiu nas presentes análises. Têm-se também por limitação a reduzida quantidade de estudos que relacionem a variável ter um relacionamento íntimo com a iniciativa de crescimento pessoal e a variável estado civil dos pais com o conflito interparental. Ao nível das hipóteses 3 e 4, nomeadamente ao nível do estado civil dos pais, a categoria “outra situação” não é devidamente clarificada, contudo, esta não influencia os objetivos do estudo. Por último, considera-se importante mencionar que não existem estudos que associem o conflito interparental e a iniciativa de crescimento pessoal nem as suas dimensões e que seria interessante este aspeto ser considerado em futuros estudos.

# Referências Bibliográficas

- Almeida, F., & Melo-Silva, L. (2011). Influência dos pais no processo de escolha profissional dos filhos: uma revisão da literatura. *Psico-USF*, 16(1), 75–85. doi:10.1590/s1413-82712011000100009
- Amato, P., & Afifi, T. (2006). Feeling caught between parents: Adult children's Relations with parents and subjective well-being. *Journal of Marriage and Family*, 68(1), 222–235. doi:10.1111/j.1741-3737.2006.00243.x
- Amato, P. R., Loomis, L., & Booth, A. (1995). Parental divorce, marital conflict, and offspring well-being during early adulthood. *Social Forces*, 73(3), 895–915. doi:10.1093/sf/73.3.895
- Ayub, N., & Iqbal, S. (2012). The relationship of personal growth initiative, psychological well-being, and psychological distress among adolescents. *Journal of Teaching and Education*, 1(6), 101–107.
- Barrera, S. (2010). Teorias cognitivas da motivação e a sua relação com o desempenho escolar. *Póiesis Pedagógica*, 8(2), 159–175.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. (1991). Attachment styles among young adults: a test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226–244. doi:10.1037/0022-3514.61.2.226
- Beri, N., & Jain, M. (2016). Personal growth initiative among undergraduate students: influence of emotional self efficacy and general well being. *Rupkatha Journal on Interdisciplinary Studies in Humanities*, 8(2), 43–55. doi:10.21659/rupkatha.v8n2.05
- Bhattacharya, A., & Mehrotra, S. (2014). Personal Growth Initiative Scale: How Does It Perform in Indian Youth Samples? *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 40(1), 121-128.
- Bickham, N., & Fiese, B. (1997). Extension of the children's perceptions of interparental conflict scale for use with late adolescents. *Journal of Family Psychology*, 11(2), 246–250. doi:10.1037/0893-3200.11.2.246
- Booth, A., & Amato, P. (1993). Divorce, residential change, and stress. *Journal of Divorce and Remarriage*, 18(1–2), 205–213. doi:10.1300/J087v18n01\_10
- Borges, C., & Magalhães, A. (2009). Transição para a vida adulta: autonomia e dependência na família. *Psico*, 40(1), 42–49.
- Borowa, D., Robitschek, C., Harmon, K., & Shigemoto, Y. (2016). Posttraumatic stress and growth in student service members and veterans: the role of personal growth initiative. *Journal of American College Health*, 64(7), 527–534. doi:10.1080/07448481.2016.1188395
- Bradford, K., Vaughn, L., & Barber, B. (2008). When there is conflict. *Journal of Family Issues*, 29(6), 780–805. doi:10.1177/0192513x07308043
- Brás, P. (2008). *Um olhar sobre a parentalidade (estilos parentais e aliança parental) à luz das transformações sociais actuais* [Dissertação de Mestrado, Universidade de Lisboa]. Repositório da UL, [https://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/743/1/17380\\_Tese\\_de\\_Mestrado\\_Patricia\\_Bras.pdf](https://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/743/1/17380_Tese_de_Mestrado_Patricia_Bras.pdf)
- Brutti, A. (2019). *Estudo exploratório acerca da relação entre iniciativa de crescimento pessoal e indicadores de saúde mental* [Dissertação de Mestrado, Universidade da Beira Interior]. uBibiorum, repositório da Universidade da Beira Interior

- Buehler, C., Anthony, C., Krishnakumar, A., Stone, G., Gerard, J., & Pemberton, S. (1997). Interparental conflict and youth problem behaviors: a meta-analysis. *Journal of Child and Family Studies*, 6(2), 233–247. doi:10.1023/A:1025006909538
- Camisasca, E., Miragoli, S., & Blasio, P. (2019). Children's triangulation during inter-parental conflict: which role for maternal and paternal parenting stress? *Journal of Child and Family Studies*, 28(6), 1623–1634. doi:10.1007/s10826-019-01380-1
- Casimiro, E. (2014). *O Conflito interparental e a criança: percepção e ajustamento*. [Dissertação de Mestrado, Universidade de Coimbra]. Estudo Geral, repositório científico da UC, <https://estudogeral.sib.uc.pt/handle/10316/25680>
- Cosgaya, L., Nolte, M., Martínez-Pampliega, A., Sanz, M., & Iraurgi, L. (2008). Conflicto interparental, relaciones padres-hijos e impacto emocional en los hijos. *Revista de Psicología Social*, 23(1), 29–40. doi:10.1174/021347408783399561
- Cummings, M., Davies, P., & Simpson, K. (1994). Marital Conflict, gender, and children's appraisals and coping efficacy as mediators of child adjustment. *Journal of Family Psychology*, 8(2), 141–149. doi:10.1037/0893-3200.8.2.141
- Davies, P., & Lindsay, L. (2004). Interparental conflict and adolescent adjustment: why does gender moderate early adolescent vulnerability? *Journal of Family Psychology*, 18(1), 160–170. doi:10.1037/0893-3200.18.1.160
- Demir-Dagdas, T., Isik-Ercan, Z., Intepe-Tingir, S., & Cava-Tadik, Y. (2018). Parental divorce and children from diverse backgrounds: multidisciplinary perspectives on mental health, parent-child relationships, and educational experiences. *Journal of Divorce and Remarriage*, 59(6), 469–485. doi:10.1080/10502556.2017.1403821
- Dessen, M., & Polonia, A. (2007). A família e a escola como contextos de desenvolvimento humano. *Paidéia*, 17(36), 21–32. doi:10.1590/so103-863x2007000100003
- Érnica, M. (2006). Dos outros de que somos feitos: educação, cultura e conflitos sociais. *Cadernos Cenpec Nova Série*, 1(2), 143–147. doi:10.18676/cadernoscenpec.v1i2.138
- Fidalgo, A. (2014). *A Influência do conflito interparental nas relações amorosas de jovens adultos* [Dissertação de Mestrado]. Universidade de Coimbra, Coimbra
- Fonseca, A. (2017). *Agressão e iniciativa de crescimento pessoal no contexto das relações íntimas em estudantes do ensino superior*. [Dissertação de Mestrado]. Universidade da Beira Interior, Covilhã.
- Freitas, C. (2016). *Relações das características pessoais positivas com o bem-estar* [Tese de Doutoramento]. Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, Brasil.
- Freitas, C., Damásio, B., Kamei, H., Tobo, P., Koller, S., & Robitschek, C. (2018). Personal growth initiative scale - II: Adaptation and Psychometric Properties of the Brazilian Version. *Paidéia*, 28, 1–10.
- Freitas, C., Damásio, B., Tobo, P., Kamei, H., & Koller, S. (2016). Systematic review about personal growth initiative. *Anales de Psicología*, 32(3), 770. doi:10.6018/analesps.32.3.219101
- Freitas, P. (2020). *Motivações para o Voluntariado e a Iniciativa de Crescimento Pessoal em estudantes do Ensino Superior*. [Dissertação de Mestrado]. Universidade da Beira Interior
- Glick, P. (1979). Children of divorced parents in demographic perspective. *Journal of Social Issues*, 35(4), 170–182. doi:10.1111/j.1540-4560.1979.tb00820.x

- Gouveia, M. (2013). *Conflito interparental, vinculação aos pais e competências sociais do jovem adulto*. Universidade de Lisboa.
- Grych, J., Harold, G., & Miles, C. (2003). A prospective investigation of appraisals as mediators of the link between interparental conflict and child adjustment. *Child Development, 74*(4), 1176–1193. doi:10.1111/1467-8624.00600
- Grych, J.H., Seid, M., & Fincham, F.D. (1992). Assessing marital conflict from the child's perspective. *Child Development, 63*, 558–572.
- Haimi, M., & Lerner, A. (2016). The impact of parental separation and divorce on the health status of children, and the ways to improve it. *Journal of Clinical & Medical Genomics, 4*(1). doi:10.4172/2472-128x.1000137
- Hemant, P., & Sharma, L. (2014). Impact of mental health on personal growth initiative (PGI) among university postgraduates. *Research on Humanities and Social Sciences, 4*(3), 134–147.
- Hirata, H., & Kamakura, T. (2018). The effects of parenting styles on each personal growth initiative and self-esteem among Japanese university students. *International Journal of Adolescence and Youth, 23*(3), 325–333. doi:10.1080/02673843.2017.1371614
- Iraurgi, I., Martínez-Pampliega, A., Iriarte, L., & Sanz, M. (2011). Modelo cognitivo-contextual del conflicto interparental y la adaptación de los hijos. *Anales de Psicología, 27*(2), 562–573.
- Jiang, J., Zheng, L., & Lu, C. (2020). A hierarchical model for interpersonal verbal communication. *Social Cognitive and Affective Neuroscience, (nsaa151)*. <https://doi.org/10.1093/scan/nsaa151>
- Krishnakumar, A., & Buehler, C. (2000). Interparental conflict and parenting behaviors: a meta-analytic review. *Family Relations, 49*(1), 25–44. doi:10.1111/j.1741-3729.2000.00025.x
- Lamela, D., & Figueiredo, B. (2014). Parentalidade e coparentalidade: Conceitos básicos e programas de intervenção [Parenting and coparenting: Basic concepts and intervention 23 programs]. In CUP Book: Contributos para a intervenção em Psicologia. Porto: Universidade Católica Portuguesa.
- Lantarón, C. (2015). La importancia del apego en la etapa infantil. *Nuberos Científica, 2*(13), 63–68.
- Leite, M. (2019). *Vitimação indireta: a perceção das crianças sobre a violência interparental* [Dissertação de Mestrado, Universidade de Aveiro]. RIA, repositório institucional, <https://ria.ua.pt/handle/10773/29471>
- Loureiro, M., Brutti, A., Pereira, H., Afonso, R., Monteiro, S., & Esgalhado, G. (2020). Iniciativa de crescimento pessoal e indicadores de saúde mental. *13º Congresso Nacional de Psicologia Da Saúde, 503–513*.
- Machado, T. (2007). Padrões de vinculação aos pais em adolescentes e jovens adultos e adaptação à Universidade. *Revista Portuguesa de Pedagogia, 5–28*. doi:10.14195/1647-8614\_41-2\_1
- Malik, N. (2013). Personal growth initiative and self esteem as predictors of academic achievement among students of technical training institutes Humaira Shahzadi. *Pakistan Journal of Social Sciences, 33*(October), 435–446.

- Mallinckrodt, B., & Wei, M. (2005). Attachment, social competencies, social support, and psychological distress. *Journal of Counseling Psychology*, 52(3), 358–367. doi:10.1037/0022-0167.52.3.358
- Maroco, J. (2006). Qual a fiabilidade do alfa de Cronbach? Questões antigas e soluções modernas? *Laboratório de Psicologia*, 4(1), 65–90.
- Martins, C. (2011). Manual de Análise de Dados Quantitativos com recurso ao IBM SPSS: Saber decidir, fazer, interpretar e redigir. Braga: Psiquilibrios edições
- Matos, P., Barbosa, S., De Almeida, H., & Costa, M. (1999). Parental attachment and identity in Portuguese late adolescents. *Journal of Adolescence*, 22(6), 805–818. doi:10.1006/jado.1999.0271
- Matos, P., & Costa, M. (1996). Vinculação e processos desenvolvimentais nos jovens adultos. *Cadernos de Consulta Psicológica*, 45–54.
- Matos, P., & Pinheiro, C. (2011). Adolescência e conflitos interparentais: uma perspetiva de resiliência. *Famílias: Questões de Desenvolvimento e Intervenção*, 125–151.
- Melo, O., & Mota, C. (2014). Interparental conflicts and the development of psychopathology in adolescents and young adults. *Paideia*, 24(59), 283–293. doi:10.1590/1982-43272459201402
- Mendes, M. (2017). *Perceção dos adolescentes face aos conflitos interparentais e estilos de coping*. Universidade Fernando Pessoa.
- Mohebi, S., Parham, M., Sharifirad, G., & Gharlipour, Z. (2018). Social Support and Self - care behavior study. *Journal of Education and Health Promotion*, 7, 1–6. doi:10.4103/jehp.jehp
- Morando, A., Souza, N., & Santos, P. (2020). “Chamei os dois e perguntei abertamente, quem era o pai e quem era a mãe”: homoparentalidade, docência e educação infantil. *Revista Diversidade e Educação*, 8(1), 452–472. doi:10.14295/de.v8i1.11310
- Mota, C., & Martins, C. (2018). Vinculação aos pais e relação amorosa: papel mediador dos conflitos interparentais em jovens adultos. *Psicologia*, 32(1), 1–14. doi:10.17575/rpsicol.v32i1.1225
- Mota, C., & Matos, P. (2009). Apego, conflito e auto-estima em adolescentes de famílias intactas e divorciadas. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 22(3), 344–352. doi:10.1590/S0102-79722009000300004
- Mota, C., & Matos, P. (2013). Conflitos interparentais e individuação em jovens adultos portugueses: papel dos conflitos de lealdade. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 29(3), 267.
- Mota, C., & Rocha, M. (2012). Adolescência e jovem adultícia: crescimento pessoal, separação-individuação e o jogo das relações. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 28(3), 357–366. doi:10.1590/S0102-37722012000300011
- Moura, O., Andrade, R., & Matos, P. (2006, Outubro, 5-7). *The children's perception of interparental conflict scale (CPIC): análise factorial confirmatória com adolescentes e jovens adultos*[Apresentação de Poster]. XI Conferência Internacional de Avaliação Psicológica: Formas e Contextos, Universidade do Minho, Braga, Portugal. [https://octaviomoura.com/wp-content/uploads/docs/research/Moura\(2006\)\\_CPIC\\_CongressoBraga.pdf](https://octaviomoura.com/wp-content/uploads/docs/research/Moura(2006)_CPIC_CongressoBraga.pdf)

- Moura, Octavio, Santos, R., Rocha, M., & Matos, P. (2010). Children's perception of Interparental conflict scale (CPIC): Factor structure and invariance across adolescents and emerging adults. *International Journal of Testing, 10*(4), 364–382. doi:10.1080/15305058.2010.487964
- Moura, O., & Matos, P. (2014). Vinculação aos pais, divórcio e conflito interparental em adolescentes. *Psicologia, 22*(1), 127. doi:10.17575/rpsicol.v22i1.341
- Moura, O., Santos, R., & Matos, P. (1992). *Children's perception of interparental conflict scale (CPIC)*.
- Muñoz, C., Bello, M., Sandoval, S., Romero, L., & Nieto, J. (2016). Relación entre problemas de conducta en adolescentes y conflicto interparental en familias intactas y monoparentales. *Revista Colombiana de Psicología, 25*(1), 107–122. doi:10.15446/rcp.v25n1.48705
- Pallant J, 2005, SPSS survival manual: A step by step guide to SPSS analysis, McGraw-Hill Companies, Sydney.
- Paquette, D. (2004). Theorizing the father-child relationship: mechanisms and developmental outcomes. *Human Development, 47*(4), 193–219. doi:10.1159/000078723
- Passareli, P., & Silva, J. (2007). Psicologia positiva e o estudo do bem-estar subjetivo. *Estudos de Psicologia, 24*(4), 513–517. doi:10.1590/s0103-166x2007000400010
- Silva, J. P. R. (2019). *Relação entre a iniciativa de crescimento pessoal e a satisfação com a Vida na população universitária* [Dissertação de Mestrado, Universidade da Beira Interior]. uBibiorum, repositório da Universidade da Beira Interior <http://hdl.handle.net/10400.6/10191>
- Pereira, D., & Alarcão, M. (2014). “Parentalidade minimamente adequada”: contributos para a operacionalização do conceito. *Análise Psicológica, 32*(2), 187–201. doi:10.14417/ap.721
- Pereira, M., Ferreira, G., & Paredes, A. (2013). Apego aos pais, relações românticas, estilo de vida, saúde física e mental em universitários. *Psicologia: Reflexão e Crítica, 26*(4), 762–771. doi:10.1590/S0102-79722013000400017
- Perić, J. (2011). *Student volunteering: a new path to personal growth and sustainable community development*.
- Pinto, A. (2016). *Influências Parentais no Consumo de Substâncias em Adolescentes*. Universidade do Porto.
- Robitschek, C. (1998). Personal growth initiative: the construct and its measure. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development, 30*(4), 183–198. doi:10.1080/07481756.1998.12068941
- Robitschek, C., Ashton, M., Sperring, C., Geiger, N., Byers, D., Schotts, C., & Thoen, M. (2012). Development and psychometric evaluation of the personal growth initiative scale II. *Journal of Counseling Psychology, 59*(2), 274–287. doi:10.1037/a0027310
- Robles, R. (2018). *Psicologia Positiva: avaliação de um modelo intraempreendedor de educação para o bem-estar* [Dissertação de Mestrado, Universidade de São Paulo]. Digital Library, repositório da Universidade de São Paulo <https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/12/12142/tde-20122018-125334/en.php>
- Segrin, C., Hanzal, A., Donnerstein, C., Taylor, M., & Domschke, T. (2007). Social skills,

- psychological well-being, and the mediating role of perceived stress. *Anxiety, Stress and Coping*, 20(3), 321–329. doi:10.1080/10615800701282252
- Silva, J., Loureiro, M., Carvalho, P., Cunha, A., & Alves, M. (2020). Iniciativa de crescimento pessoal e satisfação com a vida em estudantes universitários. *13º Congresso Nacional de Psicologia Da Saúde*, 515–525.
- Silva, I., Schmidt, B., Lordello, S., Noal, D., Crepaldi, M., & Wagner, A. (2020). As Relações Familiares diante da COVID-19: Recursos, Riscos e Implicações para a Prática da Terapia de Casal e Família. *Pensando Famílias*, 24(1), 12–28.
- Souza, F., & Fontella, C. (2016). Diga, Gérard, o que é a parentalidade? *Clínica & Cultura*, 5(1), 107–120.
- Sousa, V., Driessnack, M., & Mendes, I. A. C. (2007). An overview of research designs relevant to nursing: Part 1: quantitative research designs. *Rev Latino-Am Enfermagem*, 15(3), 502–507. doi:10.1111/j.1744-6155.2010.00259.x
- Stevic, C., & Ward, R. (2008). Initiating personal growth: the role of recognition and life satisfaction on the development of college students. *Social Indicators Research*, 89(3), 523–534. doi:10.1007/s11205-008-9247-2
- Tavares, C. F. V. (2014). Adaptação ao ensino superior, personalidade e otimismo em estudantes universitários do 1º ciclo de estudos. [Dissertação de Mestrado, Universidade Fernando Pessoa do Porto] Repositório da Universidade Fernando Pessoa <https://bdigital.ufp.pt/handle/10284/4231>
- Turner, H., & Kopiec, K. (2006). Exposure to interparental conflict and psychological disorder among young adults. *Journal of Family Issues*, 27(2), 131–158.
- Vian, M., Mosmann, C., & Falcke, D. (2018). Repercussões da conjugalidade em sintomas internalizantes e externalizantes em filhos adolescentes. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 34(0), 1–9.
- Wagner, A., Predebon, J., Mosmann, C., & Verza, F. (2005). Compartilhar tarefas? Papéis e funções de pai e mãe na família moderna. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 21, 181–186.
- Weigold, I., Porfeli, E., & Weigold, A. (2013). Examining tenets of personal growth initiative using the personal growth initiative scale-II. *Psychological Assessment*, 25(4), 1396–1403. doi:10.1037/a0034104
- Yakunina, E., Weigold, I., & Weigold, A. (2013). Personal growth initiative: Relations with acculturative stress and international student adjustment. *International Perspectives in Psychology: Research, Practice, Consultation*, 2(1), 62–71. doi:10.1037/a0030888
- Zaman, S., & Naqvi, I. (2018). Role of personal growth initiative as a moderator between stress and mental health among adolescents. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 33(1), 123–147.
- Zemp, M., Bodenmann, G., Backes, S., & Sutter-Stickel, D. (2016). The importance of parents' dyadic coping for children. *Family Relations*, 65(2), 275–286. doi:10.1111/fare.12189