

MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA
PSICOLOGIA CLÍNICA E DA SAÚDE

Casais em tempo de pandemia: análise diádica da vinculação, *coping* e *stress* conjugal

Catarina de Almeida Vale

M

2021



Universidade do Porto
Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação

**CASAIS EM TEMPO DE PANDEMIA: ANÁLISE DIÁDICA DA VINCULAÇÃO,
COPING E STRESS CONJUGAL**

Catarina de Almeida Vale

Outubro 2021

Dissertação apresentada no Mestrado Integrado de Psicologia, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, orientada pela Professora Doutora *Paula Mena Matos* (FPCEUP).

AVISOS LEGAIS

O conteúdo desta dissertação reflete as perspectivas, o trabalho e as interpretações da autora no momento da sua entrega. Esta dissertação pode conter incorreções, tanto conceptuais como metodológicas, que podem ter sido identificadas em momento posterior ao da sua entrega. Por conseguinte, qualquer utilização dos seus conteúdos deve ser exercida com cautela.

Ao entregar esta dissertação, a autora declara que a mesma é resultante do seu próprio trabalho, contém contributos originais e são reconhecidas todas as fontes utilizadas, encontrando-se tais fontes devidamente citadas no corpo do texto e identificadas na secção de referências. A autora declara, ainda, que não divulga na presente dissertação quaisquer conteúdos cuja reprodução esteja vedada por direitos de autor ou de propriedade industrial.

Agradecimentos

À Professora Doutora Paula Mena Matos, pela nobre orientação, sempre atenta e presente, por todas as aprendizagens e reflexões que incitou, por ser uma das maiores fontes de inspiração no meu percurso acadêmico pela sua sabedoria, sensibilidade e profissionalismo, por acreditar em mim e me encorajar a sair da minha zona de conforto, por ter tornado esta caminhada tão enriquecedora e construtiva.

À Professora Doutora Marisa Matias, pela enorme disponibilidade, generosidade e amabilidade demonstradas em todos os momentos, pela habilidade com que tornou simples procedimentos estatísticos complexos, através da sua mestria de ensinar.

À minha mãe, por todo carinho e apoio incondicionais, por ser o meu maior exemplo de resiliência, por me mostrar que a crise pode ser uma oportunidade de transformação e crescimento pessoal, por me ensinar a aproveitar cada momento da vida.

Ao meu pai, pelo humor, leveza e boa disposição, pelos abraços apertados e por me incentivar a arriscar e a seguir os meus sonhos.

Aos meus avós por serem “infalíveis”, pela ternura, pelo apoio, pelas histórias e ensinamentos de vida, por quererem sempre o melhor para mim.

Ao Mário, pelo companheirismo, pelo otimismo, pelas palavras certas nos momentos certos, pelo carinho e presença constantes.

À Claudinha, à Inês e à Maria, por serem as melhores amigas que poderia ter, por estarem sempre lá, nos piores e nos melhores momentos, por serem exemplos de garra e de força, pelas gargalhadas intensas, pelas conversas profundas, pelas palavras de conforto, por acreditarem que seria capaz de superar esta etapa.

Aos *Monkeys* pela amizade verdadeira, pelos momentos memoráveis que passámos, por terem tornado a experiência na faculdade tão especial.

À Cecília, por ter sido uma verdadeira companheira de viagem, pela partilha de saberes e vivência conjunta das dificuldades, frustrações, alegrias e conquistas de todo o processo.

Ao Pedro por ser o meu grande pilar na vida, por me incutir esperança, por ouvir e acolher os meus medos e inseguranças, por me incentivar a fazer mais e melhor. Obrigada por seres o meu porto seguro e base segura, sempre.

Resumo

A pandemia COVID-19 será para sempre recordada como um dos grandes acontecimentos trágicos da era atual, tendo provocado alterações profundas em múltiplos contextos de vida. Os casais foram confrontados com novas rotinas e exigências, suscetíveis de interferirem com a qualidade da sua relação. Neste período adverso, uma componente-chave para manter uma relação de qualidade prende-se com a perceção de que o parceiro é presente, apoiante e compreensivo. No entanto, a pandemia pode afetar negativamente as dinâmicas de *coping* no sistema conjugal e os casais com uma vinculação insegura poderão estar mais vulneráveis a estes efeitos nefastos. Assim, o presente estudo tem como objetivo investigar as associações entre as dimensões da vinculação romântica (ansiedade e evitamento) e a qualidade da relação e testar, nesta ligação, o papel mediador da perceção que cada membro do casal tem face ao apoio recebido pelo parceiro em situações de *stress - coping* diádico positivo do parceiro (CDPP). Ademais, pretendeu-se testar o papel moderador do *stress* conjugal pandémico na associação entre as dimensões da vinculação romântica e o CDPP, tendo em conta que a própria relação pode tornar-se uma fonte de *stress*, potenciando a ativação dos sistemas de vinculação e dificuldades ao nível do *coping* diádico. Estas análises foram concretizadas numa amostra de 122 casais heterossexuais, recorrendo a modelos *Actor-Partner Interdependence*, que possibilitam uma abordagem diádica. Observaram-se efeitos significativos negativos entre as dimensões da vinculação do próprio e a qualidade da relação do próprio. O papel mediador do CDPP foi apenas verificado na associação negativa entre as dimensões da vinculação do próprio e a qualidade da relação do próprio. O *stress* conjugal pandémico evidenciou um papel moderador entre o evitamento (e não a ansiedade) do próprio e o CDPP do próprio e entre o evitamento (e não a ansiedade) do próprio e o CDPP do parceiro, intensificando a associação negativa entre variáveis. Estas evidências fornecem importantes pistas para a identificação de fatores que poderão vulnerabilizar as relações românticas e sobre os quais se torna essencial atuar para promover a resiliência conjugal em período pandémico.

Palavras-chave: COVID-19; vinculação romântica; CDPP; qualidade da relação; *stress* conjugal pandémico; APIM.

Abstract

The COVID-19 pandemic will forever be remembered as one of the greatest tragic events of the current era, having caused profound changes in multiple life contexts. Couples were faced with new routines and demands, which could interfere with the quality of their relationship. In this adverse period, a key component to maintaining a quality relationship is the perception that the partner is present, supportive and understanding. However, the pandemic may negatively affect the dynamics of coping in the marital system and couples with insecure attachment may be more vulnerable to these adverse effects. Thus, this study aimed to investigate the associations between attachment dimensions (anxiety and avoidance) and the quality of the relationship and test, in this connection, the mediating role of each couple member's perception of the support received by the partner in stressful situations - perceived partner positive dyadic coping (CDPP). In addition, we aimed to test the moderating role of pandemic relationship stress in the association between the dimensions of romantic attachment and CDPP, taking into account that the relationship itself may become a source of stress, promoting the activation of attachment systems and difficulties in dyadic coping. These analyses were conducted on a sample of 122 heterosexual couples, using Actor-Partner Interdependence models, which allow for a dyadic approach. Significant negative effects were observed between the dimensions of own attachment and own relationship quality. The mediating role of CDPP was only observed in the negative association between the dimensions of own attachment and own relationship quality. Pandemic relationship stress showed a moderating role between own avoidance (and not anxiety) and own CDPP and between own avoidance (and not anxiety) and partner CDPP, intensifying the negative association between variables. This evidence provides important clues for the identification of factors that may make romantic relationships more vulnerable and on which it is essential to act to promote marital resilience in a pandemic period.

Keywords: COVID-19; romantic attachment; CDPP; relationship quality; pandemic relationship stress; APIM.

Résumé

La pandémie de COVID-19 restera à jamais dans les mémoires comme l'un des grands événements tragiques de l'époque actuelle, ayant provoqué de profonds changements dans de multiples contextes de vie. Les couples étaient confrontés à de nouvelles routines et exigences, qui pouvaient nuire à la qualité de leur relation. Dans cette période défavorable, un élément clé pour maintenir une relation de qualité est la perception que le partenaire est présent, qu'il apporte son soutien et qu'il est compréhensif. Cependant, la pandémie peut avoir un effet négatif sur la dynamique de l'adaptation dans le système conjugal et les couples dont l'attachement est insécurisant peuvent être plus vulnérables à ces effets négatifs. Ainsi, cette étude visait à étudier les associations entre les dimensions de l'attachement (anxiété et évitement) et la qualité de la relation et à tester, dans ce cadre, le rôle médiateur de la perception par chaque membre du couple du soutien reçu par le partenaire dans les situations stressantes - *perceived partner positive dyadic coping* (CDPP). En outre, nous avons cherché à tester le rôle modérateur du stress conjugal pandémique dans l'association entre les dimensions de l'attachement romantique et la PPCD, en tenant compte du fait que la relation elle-même peut devenir une source de stress, favorisant l'activation des systèmes d'attachement et les difficultés d'adaptation dyadique. Ces analyses ont été réalisées sur un échantillon de 122 couples hétérosexuels, en utilisant les modèles d'interdépendance Acteur-Partenaire, qui permettent une approche dyadique. Des effets négatifs significatifs ont été observés entre les dimensions de l'attachement à soi et la qualité de la relation à soi. Le rôle médiateur du PPCD n'a été observé que dans l'association négative entre les dimensions d'attachement à soi et la qualité de la relation à soi. Le stress conjugal pandémique a montré un rôle de modérateur entre l'auto-évitement (et non l'anxiété) et la PDCA, et entre l'auto-évitement (et non l'anxiété) et la PDCA du partenaire, intensifiant l'association négative entre les variables. Ces données fournissent des indices importants pour l'identification des facteurs qui peuvent rendre les relations amoureuses plus vulnérables et sur lesquels il est essentiel d'agir pour favoriser la résilience conjugale en période de pandémie.

Mots-clés: COVID-19; attachement romantique; CDPP; qualité de la relation; stress conjugal pandémique; APIM.

Índice

Introdução	1
Enquadramento Concetual e Estado da Arte	2
1. Implicações Psicossociais da COVID-19 no Indivíduo e no Casal.....	2
2. Modelo <i>Vulnerability-Stress-Adaptation</i> adaptado à Pandemia COVID-19.....	4
3. Vinculação no Contexto da Relação Romântica	5
4. Vinculação Romântica e Processos de Apoio no Casal	7
5. <i>Coping</i> Diádico do Parceiro como Mecanismo de Ligação entre a Vinculação Romântica e a Qualidade da Relação	12
Método.....	15
1. Objetivos e Hipóteses de Investigação	15
2. Participantes	17
3. Procedimentos	18
4. Instrumentos	19
4.1 Questionário Sociodemográfico	19
4.2 <i>Experiences in Close Relationships – short version (ECR-S)</i>	20
4.3 <i>Dyadic Coping Inventory (DCI)</i>	20
4.4 <i>Quality of Marriage Index (QMI)</i>	21
4.5 <i>Stress</i> Conjugal Pandémico	21
5. Estratégia de Análise de Dados	22
Resultados.....	24
1. Análises Preliminares	24
1.1 Correlações de <i>Pearson</i> entre as Variáveis do Estudo	24
1.2 Análise Diferencial em Função do Sexo nas Variáveis em Estudo.....	25
2. Modelo de Mediação (APIMeM)	26
2.1 Efeitos Diretos entre a Vinculação, <i>Coping</i> Diádico do Parceiro e Qualidade da Relação	26
2.2 Efeitos Indiretos da Vinculação na Qualidade da Relação via <i>Coping</i> Diádico do Parceiro	27
3. Modelo de Moderação (APIMoM).....	28
3.1 Efeito moderador do <i>Stress</i> Conjugal Pandémico na associação entre as dimensões da Vinculação e o <i>Coping</i> Diádico do Parceiro.....	28
Discussão	32
1. Associação entre a Vinculação e a Qualidade da Relação e o Papel Mediador do <i>Coping</i> Diádico do Parceiro nesta Ligação	32

2. O Papel Moderador do <i>Stress</i> Conjugal Pandémico na associação entre Vinculação e <i>Coping</i> Diádico do Parceiro	35
Conclusões.....	40
Referências	43
Anexos.....	51

Índice de Figuras

Figura 1. Representação gráfica da aplicação do Modelo VSA adaptado por Pietromonaco e Overall (2020) ao presente estudo.....	17
Figura 2. Representação gráfica dos efeitos diretos de ator e parceiro significativos (estimativas estandardizadas homens/mulheres) do APIMeM.....	27
Figura 3. Representação gráfica do efeito de interação entre Evitamento e <i>Stress</i> Conjugal Pandémico sobre o CDPP (efeitos de ator).....	31
Figura 4. Representação gráfica do efeito de interação entre Evitamento e <i>Stress</i> Conjugal Pandémico do ator sobre o CDPP do parceiro.....	31

Índice de Tabelas

Tabela 5. Estimativas dos efeitos diretos não estandardizados do APIMeM (método de estimação da Máxima Verosimilhança).....	26
Tabela 6. Teste de <i>Bootstrap</i> para os efeitos indiretos das dimensões da Vinculação na Qualidade da Relação do APIMeM.....	28
Tabela 7. Estimativas dos efeitos não estandardizados do APIMoM (método de estimação da Máxima Verosimilhança).....	30

Índice de Anexos

Tabela 1. Caracterização da Amostra em Variáveis relacionadas com a Situação Pandémica.....	51
Tabela 2. Correlações de <i>Pearson</i> de Ator entre as Variáveis em Estudo.....	52
Tabela 3. Correlações de <i>Pearson</i> de Parceiro entre as Variáveis em Estudo.....	52
Tabela 4. Médias, Desvios-Padrão, Resultados do Teste <i>t</i> de <i>Student</i> para Amostras Emparelhadas e Magnitude do Efeito.....	53

Lista de Abreviaturas

- APIM – Actor-Partner Interdependence Model*
- APIMeM – Actor-Partner Interdependence Mediation Model*
- APIMoM – Actor-Partner Interdependence Moderation Model*
- CD – Coping Diádico*
- CDPP – Coping Diádico Positivo do Parceiro*
- DCI – Dyadic Coping Inventory*
- DL – Decreto-Lei*
- ECR – S – Experiences in Close Relationship – short version*
- OMS – Organização Mundial da Saúde*
- QMI – Quality of Marriage Index*
- STM – Systemic Transactional Model*
- VSA – Vulnerability-Stress-Adaptation*

Introdução

Há sólida evidência científica de que estar numa relação romântica percebida como sendo de qualidade é vital para a saúde e para o bem-estar psicológico (Pietromonaco & Collins, 2017). No entanto, a situação de pandemia COVID-19 acarreta stressores adicionais suscetíveis de afetar negativamente o funcionamento conjugal (Balzarini et al., 2020). De acordo com a adaptação do modelo *Vulnerability-Stress-Adaptation* (VSA) de Pietromonaco e Overall (2020) a vinculação romântica insegura constitui uma vulnerabilidade central, que afeta significativamente os processos diádicos adaptativos no casal (e.g., *coping* diádico), os quais, por sua vez, condicionam a qualidade da relação. Tendo por base este modelo conceitual, o presente estudo procura, primeiramente, compreender se a vinculação romântica se associa à qualidade da relação por via de uma dimensão adaptativa de *coping* diádico, proposta por Bodenmann (2008), que remete para a percepção que cada pessoa tem face ao apoio recebido pelo parceiro, quando se sente stressada - *coping* diádico positivo do parceiro (CDPP). Desta forma, para além de contribuir para a compreensão destes processos num período de vida adverso, o estudo realizado procura alargar o conhecimento face aos mecanismos subjacentes à robusta associação entre vinculação romântica e qualidade da relação, que ainda não são totalmente compreendidos (Mikulincer & Shaver, 2016). Tendo em consideração que durante muito tempo os processos ligados às relações românticas foram estudados numa lógica meramente intrapessoal, torna-se essencial adotar abordagens diádicas que permitam aceder à interdependência inerente às díades e alcançar uma compreensão mais profunda e dinâmica destes fenómenos (Candel & Turliuc, 2019).

O *stress* tem recebido uma crescente atenção no mundo da investigação, acumulando-se evidências de que constitui uma ameaça para o funcionamento conjugal (Randall & Bodenmann, 2009). Se a vinculação insegura podia dificultar a tarefa de resistir construtivamente à pandemia da COVID-19, quando os indivíduos mais ansiosos e evitantes estão sob consideráveis níveis de *stress*, os processos adaptativos conjugais podem ser ainda mais prejudicados. A investigação sugere que a vinculação insegura se traduz em respostas de *coping* menos adaptativas quando o *stress* é elevado, bem como em percepções mais negativas face às respostas do parceiro romântico (Campbell et al., 2001). Os stressores pandémicos podem refletir-se na relação conjugal e torná-la uma fonte de *stress* para os seus

membros, a partir do processo de contaminação, isto é, a transferência da experiência de stressores externos para o relacionamento, espelhando-se na mudança de comportamentos e pensamentos no contexto da relação (*spillover*, Neff & Karney, 2004). Revela-se pertinente estudar este tipo de *stress* intra-diádico dado o impacto central que a dimensão conjugal pode ter a múltiplos níveis da vida dos indivíduos (Story & Bradbury, 2004). Assim, torna-se relevante perceber se a associação entre as dimensões da vinculação e o *coping* diádico depende dos níveis de *stress* conjugal pandémico percecionado. Segundo Pietromonaco e Overall (2020), estudar a interação entre as vulnerabilidades estruturais individuais e o *stress* pode ser fulcral para identificar os casais que estarão em maior risco durante o período pandémico. Neste âmbito, o presente estudo procura dar uma resposta inovadora, ao utilizar uma medida de *stress* construída especificamente para captar o *stress* ligado à relação, em tempo de pandemia, e ao estudar uma dimensão de *coping* diádico (CDPP) ainda muito pouco estudada de forma diádica. Estudos diádicos que contemplem esta dimensão são necessários, pois para além de espelhar a dimensão interpessoal característica das dinâmicas de apoio conjugais, a investigação mostra que a perceção do próprio face ao *coping* diádico implementado pelo parceiro parece ser mais determinante para a satisfação conjugal do que o *coping* diádico evidenciado pelo próprio para ajudar o parceiro (Falconier, et al., 2015a). Ademais, o presente estudo realiza-se num contexto privilegiado para investigar as variáveis do *stress*, vinculação e *coping* diádico, tendo em consideração que perante uma ameaça global, os sistemas de vinculação podem estar particularmente ativados, mobilizando estratégias para gerir o *stress* no seio do casal.

Enquadramento Concetual e Estado da Arte

1. Implicações Psicossociais da COVID-19 no Indivíduo e no Casal

No dia 11 de março de 2020, a infeção provocada pelo SARS-CoV-2 foi qualificada como uma pandemia pela OMS (2020). Indivíduos, por todo o mundo, passaram a contactar com a experiência de isolamento social, a assistir à proliferação de informações nem sempre fidedignas, a temer a infeção pelo vírus e o contágio de familiares, a interrupção da carreira profissional e a crise económica, revelando incerteza face ao futuro (Trzebinski, Cabanski,

& Czarnecka, 2020). Eis que emerge uma verdadeira “pandemia paralela” (Paulino & Dumas-Diniz, 2020), marcada por sentimentos intensos de perda, desespero, medo e angústia, contribuindo para o aumento considerável do sofrimento psíquico (Brooks et al., 2020). Quando, a 18 de março de 2020, é decretado o estado de emergência em Portugal (DL n.14-A/2020), os portugueses veem-se obrigados a modificar substancialmente os seus modos de vida. Para além da suspensão das aulas presenciais nas escolas e universidades, foram implementadas medidas como o dever geral de recolhimento obrigatório, restrições à circulação na via pública, obrigatoriedade do teletrabalho, encerramento de múltiplos estabelecimentos e suspensão de inúmeras atividades recreativas, comerciais, culturais e desportivas. O estado de emergência vigorou até ao dia 2 de maio de 2020, após duas renovações sucessivas, e com a sua interrupção deu-se a aplicação faseada de medidas de desconfinamento. Contudo, perante a evolução da situação epidemiológica, o estado de emergência entrou novamente em vigor a 15 de janeiro de 2021 (DL n.3-A/2021), levando o país a regressar a restrições semelhantes às sofridas nos anteriores estados de emergência. A partir do dia 15 de março começaram a ser levantadas algumas restrições, iniciando-se o processo de desconfinamento (DL n.50-A/2021). Apesar de estas medidas contribuírem para a contenção da COVID-19, exibiram um impacto negativo na vida de muitos indivíduos (Brooks et. al, 2020). Foram divulgados os resultados preliminares de um estudo sobre o impacto psicossocial da COVID-19 em Portugal, em que os participantes relataram que as suas vidas mudaram muito com a emergência da pandemia e que experienciaram níveis aumentados de *stress*, depressão e ansiedade durante a experiência de isolamento social (Relvas et al., 2020). Revelaram também um elevado grau de preocupação com a situação pandémica, sobretudo as mulheres (87.7%), os participantes que estavam regime de teletrabalho (43.0%) e os que tinham filhos (57.0%). Num estudo realizado em Portugal por Paulino et al. (2021), em que se procurou apurar os efeitos psicológicos da COVID-19, verificou-se que 49.2% da amostra, constituída por 10 529 participantes, avaliou o impacto psicológico como moderado-severo. No entanto, o impacto psicológico sofrido pela pandemia não será igual para todos os indivíduos e torna-se importante identificar quem estará em maior risco. Alguns fatores de risco que têm sido associados a uma acrescida propensão para experienciar consequências psicológicas desfavoráveis neste período são a pertença ao sexo feminino ou a minorias étnicas, historial de diagnóstico psiquiátrico, condições físicas crónicas, isolamento e solidão (González-Sanguino, 2020; Wang et. al, 2020). Para além do impacto a nível individual, as pressões exercidas pela COVID-19 podem também desafiar as dinâmicas relacionais dos casais, obrigando-os a viver num estado

alterado, marcado por novas rotinas e exigências (Balzarini et. al, 2020). Os stressores adicionais externos da pandemia, como o *stress* ligado ao isolamento social, aos constrangimentos com a situação laboral e às dificuldades financeiras podem refletir-se na relação, através de um processo de contaminação (*spillover*, Neff & Karney, 2004), criando um *stress* interno/intra-diádico (Falconier, 2015b). Se os stressores ditos menores, com que os indivíduos já lidavam no seu dia a dia, podiam ter consequências negativas para a qualidade da relação amorosa (Randall & Bodenmann, 2009) torna-se pertinente compreender o que estará a acontecer aos casais perante uma ameaça global, que impacta a sua vida de múltiplas formas, criando um terreno fértil para emergirem diversos tipos de dificuldades. Os elementos do casal podem enfrentar acrescidas perdas económicas e laborais, sérias restrições de contacto com as redes de apoio e experienciar preocupações frequentes com a sua saúde e a dos que lhe são próximos (Feeney & Fitzgerald, 2021). Nos períodos de confinamento podem, ainda, sujeitar-se a separações inesperadas e prolongadas face ao parceiro romântico ou vivenciar um contacto permanente com o parceiro, que frequentemente tem de ser conciliado com o teletrabalho e com o cuidado constante aos filhos, esbatendo-se as fronteiras entre os vários domínios (Feeney & Fitzgerald, 2021). Estas implicações do período pandémico exacerbam tensões no seio do casal (Jones et. al, 2021) e potenciam uma comunicação mais crítica e hostil, criando dificuldades ao nível das dinâmicas de responsividade às necessidades do parceiro (Pietromonaco & Overall, 2020). Os casais com vulnerabilidades estruturais (e.g., vinculação insegura) e com um menor envolvimento em processos diádicos adaptativos (e.g., baixo *coping* diádico positivo) podem apresentar um risco adicional de sofrer um declínio na qualidade da relação (Pietromonaco & Overall, 2020). Já os casais com uma vinculação mais segura, que são capazes de manter dinâmicas construtivas de apoio e responsividade, podem ver a sua relação fortalecida como resultado da superação das adversidades em conjunto (Pietromonaco & Overall, 2020).

2. Modelo *Vulnerability-Stress-Adaptation* adaptado à Pandemia COVID-19

O presente estudo baseia-se no modelo *Vulnerability-Stress-Adaptation* (VSA), criado por Karney e Bradbury (1995) e adaptado por Pietromonaco e Overall (2020) à atual pandemia COVID-19. Trata-se de um quadro concetual utilizado para estudar as relações românticas, permitindo identificar fatores-chave que podem influenciar a capacidade de os casais manterem relações de qualidade (Pietromonaco & Overall, 2020). Este modelo postula que a qualidade e a estabilidade da relação são o resultado de vários fatores que

interagem entre si: as vulnerabilidades estruturais individuais dos parceiros românticos, os eventos e circunstâncias geradores de *stress* com que se deparam e os processos adaptativos em que se envolvem (Karney & Bradbury, 1995). As vulnerabilidades estruturais individuais referem-se a características relativamente estáveis do indivíduo (e.g., vinculação insegura), que influenciam as suas respostas aos stressores e a capacidade de se relacionar construtivamente com o parceiro (Karney & Bradbury, 1995). As vulnerabilidades individuais dos parceiros românticos podem debilitar a qualidade da relação por via dos processos diádicos adaptativos, que remetem para os pensamentos e comportamentos evidenciados pelos membros do casal (e.g., *coping* diádico), que promovem fatores positivos e minimizam fatores negativos no seio da relação (Karney & Bradbury, 1995). Os eventos e circunstâncias geradores de *stress* apontam para stressores externos e tensões experienciados pela díade, que podem afetar diretamente os processos adaptativos implementados pelos seus membros (Karney & Bradbury, 1995). Pietromonaco e Overall (2020) adaptaram o modelo no sentido de incluir nessa categoria os stressores adicionais do período pandémico (e.g., isolamento social, desemprego, dificuldades financeiras). As vulnerabilidades individuais e o *stress* podem interagir e, assim, impactar negativamente os processos adaptativos, sendo postulado que as vulnerabilidades de ambos os parceiros têm um efeito mais intenso sobre os processos diádicos quando há um maior nível de *stress* experienciado pelos mesmos (Pietromonaco & Overall, 2020). Esse efeito de interação sobre os processos adaptativos dos parceiros românticos pode, subseqüentemente, diminuir a qualidade da relação e ameaçar a sua estabilidade (Pietromonaco & Overall, 2020). Segundo Pietromonaco e Overall (2020) os efeitos do *stress* em período pandémico podem, ainda, ser exacerbados pela existência de vulnerabilidades contextuais preexistentes, que remetem para contextos de vida que acarretam exigências e pressões acrescidas (e.g., pertença a um grupo marginalizado).

3. Vinculação no Contexto da Relação Romântica

A Teoria da Vinculação, inicialmente desenvolvida por John Bowlby (1969) e Mary Ainsworth et al. (1978), tornou-se num importante quadro concetual para a compreensão das relações humanas (Fraley, 2002). Segundo esta perspetiva, os indivíduos têm uma necessidade básica universal, que se prende com o desenvolvimento de relações de proximidade afetiva com outros significativos (Bowlby, 1988). Estes laços afetivos estão associados a componentes próprias, como a procura de proximidade em relação à figura

significativa em períodos de necessidade e a manifestação de algum nível de ansiedade ou protesto perante a separação. A figura significativa pode ser utilizada como porto seguro, que fornece conforto e proteção, durante períodos de ameaça e como base segura, quando possibilita ao indivíduo a exploração do ambiente, com um sentimento de confiança em si e no mundo, sabendo que pode procurar apoio junto desta se necessário (Ainsworth, 1991). O estudo das relações de vinculação na idade adulta implica tomar em consideração que as experiências precoces com as figuras significativas tendem a exercer influência sobre os relacionamentos posteriores (Bowlby, 1988). Assim, estas experiências relacionais na infância constituem a matriz primária a partir da qual vão ser construídos os “modelos internos dinâmicos” (Bowlby, 1988), isto é, grelhas interpretativas, compostas por representações do *self* (e.g., conceber-se como suscetível de ser amado e cuidado) e dos outros (e.g., perceber as figuras significativas como acessíveis e responsivas). Estes modelos condicionam a forma como as pessoas atribuem significado e se comportam em relações significativas (Waters & Cummings, 2000), levando ao desenvolvimento de organizações de vinculação, marcadas por padrões de expectativas, emoções e comportamentos (Mikulincer & Shaver, 2016). Embora relativamente estáveis, há possibilidade de mudança, podendo as relações de vinculação ao longo da vida proporcionar oportunidades de questionamento, atualização e revisão das representações de vinculação preexistentes (Matos & Costa, 1996). Na idade adulta a principal figura de vinculação tende a ser o parceiro romântico (Mikulincer & Shaver, 2016). A vinculação adulta distingue-se da vinculação infantil pela dimensão da sexualidade e pelo intercâmbio de papéis ao nível da prestação de cuidados, sendo ambos os parceiros figuras de vinculação e figuras vinculadas (Fraley, 2002).

No âmbito da investigação sobre a vinculação nas relações amorosas, diversos investigadores têm recorrido a duas dimensões da vinculação - ansiedade e evitamento (Brennan et al., 1998). Pessoas com níveis elevados de ansiedade possuem um modelo negativo de si próprias e um modelo do outro pautado por percepções ambivalentes (Bartholomew, 1990). Tendem a exibir preocupações frequentes relativamente à possibilidade de serem rejeitadas, abandonadas ou não amadas por parte do parceiro romântico (Mikulincer & Shaver, 2003). Recorrem, sobretudo, a estratégias de hiperativação (e.g., exacerbação emocional, exigências constantes de atenção e apoio, monitorização intensa do parceiro) para tentar garantir a proximidade ao parceiro em períodos críticos e de necessidade (Mikulincer & Shaver, 2003). Pessoas com níveis elevados de evitamento possuem um modelo do outro negativo e podem exibir um modelo positivo de si próprias

(no caso dos evitantes desinvestidos) ou negativo (no caso dos evitantes amedrontados) (Bartholomew, 1990). Tendem a demonstrar desconforto e relutância em relação à proximidade e intimidade interpessoais e a dar primazia a estratégias de desativação do sistema de vinculação (Mikulincer & Shaver, 2003). Estas estratégias são pautadas pelo distanciamento emocional face ao parceiro romântico, que permite manter um aparente sentido de autossuficiência e controlo pessoal, ajudando a evitar a dor e o *stress* decorrentes das expectativas de indisponibilidade da figura de vinculação, pelo menos a curto prazo (Mikulincer & Shaver, 2016). Contudo, apesar de recorrerem a este tipo de estratégias, tendem a experienciar *stress* quando os seus parceiros não estão disponíveis ou não são responsivos, principalmente em situações ameaçadoras (Simpson & Rholes, 2012). Níveis elevados de ansiedade, de evitamento ou ambos são frequentemente caracterizados como vinculações inseguras e níveis baixos de ansiedade e evitamento como vinculações seguras (Brennan et al., 1998).

4. Vinculação Romântica e Processos de Apoio no Casal

A vinculação ao parceiro romântico exerce uma forte influência sobre o funcionamento conjugal, constituindo um domínio de estudo fundamental para explorar os processos diádicos inerentes às relações amorosas (Mikulincer & Shaver, 2016). A vinculação tem sido associada a processos diádicos adaptativos centrais, como as dinâmicas de apoio entre parceiros românticos, em períodos de adversidade (Pietromonaco & Overall, 2020). De acordo com Bowlby (1969) e Simpson e Rholes (2012), perante situações ameaçadoras e geradoras de *stress* o sistema de vinculação tende a ser ativado e, com o intuito de obter proteção e segurança, instiga a procura de proximidade face a figuras de vinculação, mesmo que esta motivação não seja conscientemente sentida e colocada em ação. O parceiro romântico tende a ser a primeira pessoa em quem os indivíduos se apoiam em períodos de *stress* (Coyne & DeLongis, 1986). As principais situações ativadoras do sistema de vinculação inserem-se em três domínios: pessoal (e.g., dor, fadiga, doença), ambiental (e.g., eventos assustadores, perigosos ou muito desafiantes) e relacional (e.g., conflito na relação, desencorajamento da proximidade, ausência prologada ou separação da figura de vinculação) (Simpson & Rholes, 2012). Assim, a pandemia COVID-19 pode assumir-se como um contexto favorável à ativação do sistema de vinculação, potenciando a emergência de stressores, que podem recair sobre todas estas categorias. Naturalmente, a ativação do sistema de vinculação faz com que as diferenças ao nível da organização da

vinculação fiquem acentuadas, tornando mais salientes os modelos internos dinâmicos e as preocupações, medos e necessidades que lhes estão associadas (Mikulincer & Shaver, 2016). Conseqüentemente, é afetada a forma como os elementos da díade se percebem a si próprios e aos parceiros, como interagem, se apoiam mutuamente e experienciam a relação amorosa (Mikulincer & Shaver, 2016). A experiência de *stress* e os esforços dos membros do casal para lidar com ela acarretam sérias implicações para a saúde individual e conjugal (Randall & Bodenmann, 2009). A vivência dos desafios e ameaças do período de pandemia COVID-19 pode ativar não só os sistemas de vinculação, mas também o *coping* diádico (CD), enquanto processo diádico para lidar com o *stress* (Donato et al., 2021).

Durante décadas, os construtos de *stress* e *coping* foram estudados exclusivamente num nível individual e, só a partir de 1990, ganhou força crescente uma visão interacional, que enfatiza os processos interdependentes de *stress* e *coping* dos parceiros românticos (Bodenmann, 1997). Este novo foco interpessoal levou à emergência de modelos, como o Modelo Sistémico Transacional (STM) de Bodenmann (1997). O STM é talvez a abordagem mais compreensiva e abrangente para estudar o *stress* e o *coping* nos casais, na medida em que abarca o modo como um parceiro romântico pode auxiliar ou prejudicar o processo de *coping* do seu parceiro (Falconier et al., 2016). Bodenmann (2005) define o *stress* diádico como um evento ou situação stressante que tem impacto sobre ambos os parceiros, seja diretamente quando ambos são confrontados com o mesmo evento stressante ou quando o *stress* se origina no interior da relação conjugal, seja indiretamente quando o *stress* de um dos parceiros se faz sentir no relacionamento, acabando por afetar os dois parceiros românticos. O *stress* diádico, em ambas as situações, vai desencadear respostas de *coping* por parte dos dois membros do casal. O termo CD é definido por Bodenmann (2005) como um processo que envolve ambos os membros do casal, remetendo para a interação entre os sinais de *stress* de um parceiro e as respostas de *coping* do outro. Este fenómeno diádico é ativado quando o *stress* de um parceiro é expresso de modo verbal e/ou não verbal, com um pedido implícito ou explícito de ajuda, ao outro parceiro, que vai perceber e interpretar os sinais de *stress* emitidos e responder com formas de *coping* positivas ou negativas (Bodenmann, 2005). Podem ser distinguidas formas positivas de CD (conjunto, apoiante e delegado) e negativas de CD (hostil, ambivalente e superficial). No CD Conjunto ambos os parceiros participam no processo de *coping* de forma simétrica ou complementar de modo a lidar com um problema relevante para a díade (e.g., resolução de problemas conjunta, partilha mútua de sentimentos, exercícios de relaxamento conjuntos). O CD Apoiante ocorre quando um parceiro fornece assistência ao outro parceiro, que naquele momento (ou de uma

forma geral) está menos equipado com recursos de *coping* para gerir a situação (e.g., ajudar em tarefas diárias, dar conselhos práticos, demonstrar compreensão empática face ao *stress* do parceiro, mostrar ao parceiro que acredita nas suas capacidades). No CD Delegado há um pedido explícito de ajuda ao parceiro para assumir determinadas responsabilidades/tarefas por ele e uma nova divisão das responsabilidades/tarefas é estabelecida (e.g., ir às compras pelo seu parceiro). No CD Hostil o apoio é acompanhado de depreciação, gozo, sarcasmo, desinteresse ou minimização da seriedade do *stress* do parceiro. No CD Ambivalente um dos parceiros apoia o outro sem intenção de o fazer ou com a atitude de que a sua contribuição é desnecessária. No CD Superficial o apoio fornecido não é sincero, parecendo ajudar quando, na verdade, está vazio de qualquer valor apoiante real (e.g., fazer perguntas sobre o que o parceiro está a sentir sem estar a ouvir) (Bodenmann, 1997). As formas positivas (excetuando o CD Conjunto) e negativas podem ser agrupadas em CD do próprio, quando remetem para a perceção do indivíduo face ao modo como ele próprio age para ajudar o parceiro a lidar com o *stress* (e.g., expresso ao meu companheiro que estou do seu lado) e em CD do parceiro, quando se referem à perceção da pessoa face ao modo como o parceiro age para a ajudar a lidar com o *stress* (e.g., o meu companheiro expressa que está do meu lado) (Falconier et al., 2015a). De notar que o CD do parceiro pode adquirir uma conotação positiva (CDPP), quando as pontuações relativas às dimensões negativas, obtidas no *Dyadic Coping Inventory* (DCI; Bodenmann, 2008), são invertidas. O CD, enquanto dimensão global, resulta da agregação de todas as dimensões de *coping* e apresenta uma conotação adaptativa (Falconier et al., 2015a)

Um CD bem-sucedido pode constituir um recurso fulcral para os casais gerirem os desafios que emergem no período pandémico (Donato et al., 2021). Contudo, é necessário ter em consideração que vários fatores podem impactar as dinâmicas de *coping* no casal, tais como o tipo de stressor (Falconier & Kuhn, 2019). Os stressores (situação real ou imaginada percecionada como ameaça) externos são originados fora da relação, remetendo, sobretudo, para a interação entre os parceiros e o seu ambiente social (e.g., *stress* no local de trabalho, *stress* financeiro). Os stressores internos estão associados ao *stress* gerado no interior do casal, englobando as preocupações face ao bem-estar e saúde do outro, bem como conflitos e tensões entre parceiros (Randall & Bodenmann, 2009). Os stressores *major* remetem para eventos críticos, como doenças graves ou a perda de alguém significativo, ao passo que os stressores *minor* ou quotidianos incluem situações angustiantes e frustrantes que ocorrem no dia a dia, podendo-se alargar aos vários contextos (Randall & Bodenmann, 2009). Os stressores agudos são temporários e os seus efeitos podem ser limitados a um momento

único, enquanto os crônicos estão associados a aspetos mais estáveis do ambiente, podendo os seus efeitos ser duradouros (Karney et al., 2005). O *coping* também pode ser afetado pela vinculação dos membros do casal (Meuwly et al., 2012). Indivíduos com uma vinculação segura ao parceiro romântico tendem a ser mais capazes de solicitar e prestar cuidados adequados ao companheiro, concebendo-o como base segura e assumindo-se como tal para este (Crowell et al., 2002). Adultos com vinculação insegura são menos propensos a conceber o parceiro romântico como porto seguro e base segura (Fraley, 2002) e a serem sensíveis e responsivos às necessidades dos parceiros românticos (Mikulincer & Shaver, 2016). Quando os indivíduos exibem elevados níveis de ansiedade, tendem a mostrar sérias dúvidas se os seus parceiros poderão ser confiáveis e verdadeiras fontes de apoio em situações de *stress* (Simpson & Rholes, 2012). Assim, emergem medos e preocupações intensos em torno do companheiro e da relação, e são colocadas em ação estratégias de hiperativação, que acabam por amplificar a angústia e gerar respostas destrutivas em períodos de *stress* (Simpson & Rholes, 2012). Estas estratégias são propensas a potenciar o afastamento dos parceiros, podendo levar a que estes se sintam sufocados e incapazes de atender às elevadas exigências de carinho, cuidado e atenção (Simpson & Rholes, 2012). Os parceiros dos indivíduos ansiosos têm também de se confrontar com as emoções negativas destes e tendem a experienciar uma maior ameaça fisiológica quando antecipam a interação com o companheiro (Peters et al., 2019). Para além disso, os companheiros das pessoas com níveis elevados de ansiedade tendem a sentir que não recebem um apoio adequado. A dificuldade em regular as emoções em períodos de *stress* dos indivíduos mais ansiosos, bem como a sua dificuldade em compreender quando é necessário prestar apoio e que tipo de respostas vão acalmar os parceiros, pode comprometer a sua capacidade de ajudar eficazmente o outro (McLeod et al, 2019; Mikulincer & Shaver, 2016). Contudo, alguns autores defendem que o comportamento dos indivíduos mais ansiosos, quando se deparam com o *stress* do parceiro, é difícil de prever (Simpson et al., 2002), podendo prestar respostas mais e menos positivas de apoio (Collins & Feeney, 2000; Feeney & Collins, 2001).

Os indivíduos mais evitantes recorrem, sobretudo, às estratégias de desativação em períodos de dificuldade e evitam também abordar o seu parceiro quando este está em *stress* e necessita de apoio (Feeney & Collins, 2001). Têm também dificuldade em compreender os sentimentos do parceiro, por isso habitualmente são percecionados como pouco apoiantes (Shaver & Mikulincer, 2002). As suas estratégias de desativação levam também os seus parceiros a disponibilizar menos apoio, reforçando visão negativa dos mais evitantes face ao outro (Simpson & Rholes, 2012). Uma revisão sistemática realizada por McLeod et al.

(2019) destacou que em situações stressantes os indivíduos com elevados níveis de evitamento são mais propensos a perceberem as intenções, motivações e ações dos seus parceiros como menos positivas, subestimando a quantidade e qualidade do apoio recebido. Embora indivíduos mais ansiosos e evitantes evidenciem diferenças ao nível dos modelos internos dinâmicos e das estratégias utilizadas, ambas as dimensões de vinculação podem interferir negativamente com os processos de *coping* do casal (Mikulincer & Shaver, 2016), acarretando efeitos nefastos sobre o próprio e sobre o seu parceiro (Overall et al., 2021).

Apesar da bem documentada ligação entre vinculação e dinâmicas de apoio nos casais, ainda é necessário aprofundar esta ligação sob uma lente diádica (McLeod et al., 2019). Para além disso, são poucos os estudos que se dedicaram a explorar a associação entre as dimensões da vinculação e o CD em específico. Dois estudos realizados com amostras de estudantes universitários apontaram para uma associação significativa entre vinculação insegura ao parceiro romântico e um menor uso de CD (Fuenfhausen & Cashwell, 2013; Levesque et al., 2017). Contudo, o foco intrapessoal destes estudos impõe limites à compreensão da ligação entre estas variáveis na díade, não contemplando as inter-relações entre as variáveis dos parceiros românticos. Torna-se pertinente a realização de estudos que encarem o casal como unidade de análise, que utilizem amostras mais alargadas (não se resumindo à população universitária) e que explorem as diversas dimensões de CD. Dois estudos recentes utilizaram análises diádicas para explorar a ligação entre vinculação e CD. Lafontaine et al. (2017) exploraram o papel mediador do perfeccionismo face ao parceiro romântico na associação entre a vinculação romântica insegura e o CD do próprio, constatando o papel mediador do perfeccionismo na associação negativa entre o evitamento e o CD do próprio. Alves et al. (2018) exploraram o papel do CD conjunto nas associações entre ansiedade e evitamento e o ajustamento ao primeiro ano de pós-parto em casais portugueses, tendo detetado que apenas os pais mais evitantes evidenciavam um menor CD conjunto, o que aumentava o *stress* parental (apenas nas mães) e diminuía a confiança de ambos os pais nos seis a nove meses pós-parto. Não foram encontrados estudos que analisassem, de forma particular, a ligação entre as dimensões da vinculação romântica e as subescalas do DCI (Bodenmann, 2008) que remetem para a percepção face ao *coping* diádico do parceiro. Atender a esta lacuna na literatura parece particularmente pertinente no contexto de pandemia, pois perceber o parceiro como responsivo em períodos de dificuldade é benéfico para o próprio indivíduo e para o relacionamento, contribuindo, por exemplo, para uma melhor qualidade do sono, diminuição nos níveis de cortisol e uma maior qualidade da relação (Stanton et al., 2020). Balzarini et al. (2020) demonstraram que a percepção do

parceiro como responsivo pode proteger os casais dos impactos negativos dos stressores da pandemia COVID-19. Donato et al. (2021) sublinharam o papel importante do *coping* diádico do parceiro para o bem-estar psicológico em situação de pandemia. Assim, o *coping* diádico positivo do parceiro (CDPP) pode constituir um fator-chave que permita aos casais serem resilientes em período pandémico. A Teoria da Vinculação e os vários estudos supracitados fornecem pistas face às relações esperadas entre as variáveis, podendo o CDPP ser integrado no conjunto de processos diádicos de apoio nos casais (McLeod et al., 2019). Tendo em conta que indivíduos com níveis mais elevados de ansiedade e/ou evitamento tendem a avaliar mais negativamente o apoio recebido pelo parceiro, é expectável que evidenciem um menor CDPP. Também é esperado que o parceiro de um indivíduo com níveis mais elevados de ansiedade e/ou evitamento evidencie um menor CDPP, uma vez que a vinculação insegura do próprio não afeta negativamente apenas as perceções do próprio, mas também as do seu parceiro (Overall et al., 2021). Assim, as dimensões da vinculação parecem variáveis suscetíveis de influenciar, de forma diádica, o CDPP. Será importante explorar esta conexão com um indicador de adaptação e bem-estar, tal como a qualidade da relação, para garantir que o CDPP adquira um valor benéfico para os casais. De notar que para produzir resultados positivos o apoio fornecido deve ser responsivo às necessidades, objetivos e preferências do recetor, levando a que se sinta validado, cuidado e compreendido (Pietromonaco & Collins, 2017).

5. *Coping* Diádico do Parceiro como Mecanismo de Ligação entre a Vinculação Romântica e a Qualidade da Relação

Relações amorosas de qualidade têm sido consistentemente associadas a indicadores de bem-estar, como uma melhor saúde física e mental, assumindo-se como um fator protetor durante períodos de vida desafiantes (Pietromonaco & Collins, 2017). Contudo, manter uma elevada qualidade da relação no contexto instável e ameaçador de pandemia COVID-19 pode ser difícil para muitos casais, tornando-se essencial compreender que fatores podem afetá-la. O modelo VSA adaptado à pandemia (Pietromonaco & Overall, 2020) possibilita a identificação de elementos que poderão ajudar ou prejudicar os casais na desafiante tarefa de manter relações promotoras de bem-estar, em tempos adversos. No modelo VSA original (Karney & Bradbury, 1995) e na versão adaptada (Pietromonaco & Overall, 2020), bem como na literatura que lhes deu origem, os construtos de qualidade da relação e satisfação conjugal tendem a aparecer de maneira indiferenciada. Assim, por uma questão de

congruência com o modelo, optou-se por adotar uma conceitualização da qualidade da relação enquanto avaliação pessoal face a quão boa é a relação como um todo (Norton, 1983).

De acordo com o modelo VSA adaptado ao contexto pandémico (Pietromonaco & Overall, 2020), um aspeto fulcral que vai determinar, em grande medida, se os casais vão ser mais ou menos capazes de fazer face às adversidades e manter relações de qualidade, será o grau em que eles conseguem envolver-se em processos diádicos adaptativos (e.g., dimensões positivas de CD). Os benefícios de um CD mais adaptativo, no seio do relacionamento romântico, estendem-se para além da redução do *stress*, havendo consistentes evidências de que contribui para uma maior qualidade e estabilidade da relação (Bodenmann, 2005). O CD do parceiro parece ser um fator particularmente relevante para a qualidade da relação, tendo-se revelado um robusto preditor da satisfação conjugal, inclusivamente mais forte do que o CD do próprio (Falconier et al., 2015a). Assim, a avaliação que uma pessoa faz da sua relação tende a ser mais influenciada pela sua perceção relativamente ao que o parceiro faz para a ajudar a lidar com o *stress* do que pela sua perceção face ao que ela própria faz para apoiar o parceiro a gerir o *stress* (Falconier et al., 2015a). No entanto, é necessário frisar que são poucos os estudos diádicos que se dedicaram a analisar o CDPP. Holzapfel et al. (2018), num estudo com casais interculturais, indicaram que indivíduos que percecionavam um maior CDPP reportavam maiores níveis de satisfação conjugal. Rusu et al. (2020), no seu estudo diádico, constataram que tanto os homens como as mulheres reportavam maiores níveis de satisfação conjugal quando os próprios e os seus parceiros evidenciavam maiores níveis de CDPP. De notar que estes dois estudos analisaram apenas algumas dimensões específicas contidas no CDPP (e.g., CD apoiante focado na emoção, CD apoiante focado no problema) e não o CDPP enquanto dimensão global, como o presente estudo. Este conjunto de evidências mostra que percecionar o parceiro como uma figura de apoio em momentos de *stress* é determinante para a qualidade da relação, podendo ajudar os casais a passar por este período de crise de uma forma mais construtiva. O que acontece é que os stressores que a pandemia acarreta podem interferir negativamente com os processos de *coping* na díade. Os contextos stressantes podem ter efeitos nefastos sobre o funcionamento conjugal, propiciando que os indivíduos sejam mais críticos e hostis com os companheiros e que sejam menos responsivos, o que, com o tempo, deteriora a perceção face ao parceiro e à relação (Bodenmann et al., 2010; Neff & Karney, 2004). Adicionalmente, em tempo de pandemia COVID-19, o sistema de vinculação pode estar sujeito a uma maior ativação para assegurar as necessidades de conforto e segurança e está

documentada na literatura uma associação negativa robusta entre a vinculação insegura e a qualidade da relação (Cassidy & Shaver, 2016). Candel e Turliuc (2019) desenvolveram a primeira meta-análise a considerar os efeitos diádicos entre a vinculação e a satisfação conjugal. No que diz respeito a efeitos entre as variáveis do próprio (efeitos de ator), colocaram em evidência que tanto indivíduos mais evitantes como mais ansiosos reportam níveis mais baixos de satisfação conjugal, o que se coaduna com os resultados de outra meta-análise, que recorreu a uma abordagem exclusivamente intra-individual (Li & Chan, 2012). No que concerne a efeitos de parceiro, constataram que a ansiedade e o evitamento apresentam uma associação negativa com a satisfação conjugal, sendo que quanto mais elevados forem os níveis de ansiedade e/ou evitamento do próprio, mais baixos são os níveis de satisfação do parceiro (Candel & Turliuc, 2019). De notar que os efeitos de ator se revelam mais fortes que os efeitos de parceiro (Candel & Turliuc, 2019). Estes autores (Candel & Turliuc, 2019) enfatizam a necessidade de realização de estudos diádicos, de modo a contribuir para o avanço deste campo de investigação, visto que durante muito tempo estas variáveis foram estudadas numa lógica individual, que não capta a interdependência entre parceiros românticos. Embora se encontrem estudos que apontam para diferenças de género nestas associações (Collins & Read, 1990; Simpson, 1990), a maioria dos estudos recentes falhou na replicação dessas diferenças, reportando que a ansiedade e o evitamento predizem uma menor qualidade da relação em ambos os géneros (Cassidy & Shaver, 2016). Em período de pandemia já foram realizados alguns estudos a contemplar as duas dimensões da vinculação adulta. Vowels e Carnelley (2021), num estudo não diádico, detetaram que indivíduos com elevados níveis de evitamento (mas não ansiedade) percecionavam o parceiro como menos apoiante em relação aos seus objetivos, em tempo de COVID-19. Overall et al. (2021) num estudo com 234 casais com filhos a coabitar demonstraram que, durante o período de quarentena, a ansiedade do parceiro prediz maiores problemas relacionais e uma menor qualidade de relação, quando o *stress* percecionado é elevado, e que o evitamento do parceiro prediz uma menor eficácia na resolução de problemas (não se verificou interação com o *stress*). Os resultados relatados revelam que casais com vulnerabilidades individuais, como a vinculação insegura, podem ter uma dificuldade acrescida em manter relações de qualidade em período de pandemia.

Apesar das sólidas evidências da ligação entre vinculação romântica e qualidade da relação, torna-se necessário compreender de modo mais aprofundado os mecanismos envolvidos nessa associação (Cassidy & Shaver, 2016), pela sua importância teórica e clínica (Mikulincer & Shaver, 2016). O CDPP pode ser uma possível variável mediadora nesta

associação. De acordo com o modelo VSA adaptado à pandemia (Pietromonaco & Overall, 2020), as vulnerabilidades estruturais individuais (e.g., vinculação insegura) dos membros da díade afetam a qualidade da relação de cada elemento do casal por via dos processos diádicos em que se envolvem (e.g., CDPP). Assim, as pessoas mais ansiosas e evitantes estarão mais propensas a perceberem menores níveis de apoio recebido pelos parceiros para gerir o *stress* e os parceiros destas poderão ter dificuldade em ser efetivamente responsivos e apoiantes. Tais dinâmicas conjugais impõem um funcionamento relacional mais negativo, o que, por sua vez, tenderá a promover baixos níveis de qualidade da relação para ambos os parceiros (Pietromonaco & Overall, 2020). Na revisão da literatura realizada não foram detetados estudos que analisassem o papel mediador do CDPP na ligação entre as dimensões da vinculação e a qualidade da relação. No entanto, torna-se importante salientar o estudo desenvolvido por Fuenfhausen e Cashwell (2013), no qual se procurou testar se a associação entre ansiedade e evitamento e a satisfação conjugal era mediada pelo CD, tendo-se concluído que o CD exerce um papel mediador nesta associação. Embora não seja um estudo diádico e não dê enfoque ao CDPP em específico, ajuda a apoiar a existência de um papel mediador do *coping* diádico entre a vinculação insegura e a avaliação global que os indivíduos tecem acerca da sua relação. Também no estudo de Wollny et al. (2020), que utilizou uma abordagem diádica, foi corroborado o papel mediador de dimensões positivas do CD, numa associação entre uma característica mais estrutural (inteligência emocional traço) e a satisfação conjugal.

Método

1. Objetivos e Hipóteses de Investigação

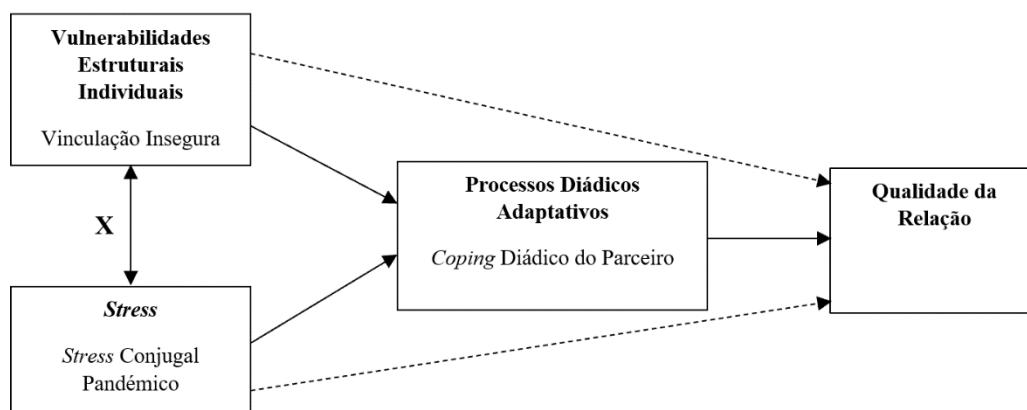
Foi desenvolvido um estudo diádico de natureza quantitativa, procurando-se analisar as influências bidirecionais que se fazem sentir entre parceiros românticos e, assim, atender à interdependência inerente às relações (Kenny et al., 2006). Atualmente já existe um extenso conhecimento na literatura sobre os processos associados às relações amorosas, contudo ainda pouco se conhece sobre estes processos em período de COVID-19. Tendo por base a adaptação do modelo VSA à pandemia COVID-19 (Pietromonaco & Overall, 2020) o presente estudo deu enfoque a quatro componentes-chave deste quadro concetual:

vulnerabilidades estruturais individuais (vinculação insegura), processos diádicos adaptativos (CDPP), *stress* (conjugal pandémico) e qualidade da relação (Figura 1). Numa primeira fase pretendeu-se investigar as associações entre ansiedade e evitamento, o CDPP e a qualidade da relação de ambos os elementos do casal, testando o papel mediador do CDPP na associação entre as restantes variáveis. Numa segunda fase pretendeu-se atender aos efeitos da interação entre a ansiedade/evitamento e *stress* conjugal pandémico sobre o CDPP. Em ambas as fases procurou-se analisar efeitos de ator - efeito da variável independente de um elemento da díade na sua própria variável dependente - e os efeitos de parceiro - efeito que a variável independente de um elemento da díade tem na dependente do seu parceiro (Kenny et al., 2006).

De modo a concretizar o primeiro objetivo e tendo por base a literatura revista, foram delineadas as seguintes hipóteses de investigação. Em termos de efeitos de ator, espera-se que: a ansiedade e o evitamento do ator apresentem uma associação negativa com a qualidade da relação do ator (H1); a ansiedade e o evitamento do ator se associem negativamente à qualidade da relação do ator por via do CDPP do ator (H2). Relativamente aos efeitos de parceiro, espera-se que: a ansiedade e o evitamento do ator apresentem uma associação negativa com a qualidade da relação do parceiro (H3); a ansiedade e o evitamento do ator se associem negativamente à qualidade da relação do parceiro por via do CDPP do parceiro (H4). Da mesma forma, partindo da literatura analisada, foram lançadas hipóteses tendo em vista a concretização do segundo objetivo. Em termos de efeitos de ator, espera-se que: o *stress* conjugal pandémico do ator apresente uma associação negativa com o CDPP do ator (H5); o *stress* conjugal pandémico do ator atue como moderador na associação entre a ansiedade/evitamento do ator e o CDPP do ator, possuindo um efeito intensificador da associação negativa entre as dimensões da vinculação e o CDPP (H6). Relativamente a efeitos de parceiro espera-se que: o *stress* conjugal pandémico do ator apresente uma associação negativa com o CDPP do parceiro (H7); o *stress* conjugal pandémico do ator atue como moderador na associação entre a ansiedade/evitamento do ator e o CDPP do parceiro, possuindo um efeito intensificador da associação negativa entre as dimensões da vinculação e o CDPP (H8). Por fim, não se espera encontrar diferenças entre homens e mulheres nas associações.

Figura 1

Representação gráfica da aplicação do Modelo VSA adaptado por Pietromonaco e Overall (2020) ao presente estudo



Nota. As setas a tracejado representam trajetórias adicionadas ao modelo de Pietromonaco e Overall (2020). X = termo de interação.

2. Participantes

A amostra é constituída por 122 casais heterossexuais, num total de 244 participantes, com idades compreendidas entre os 18 e os 54 anos, residentes em território português, à exceção de um casal (de nacionalidade portuguesa) que residia na Noruega. A idade média dos homens corresponde a 27.25 anos ($DP = 7.14$) e a das mulheres a 25.61 anos ($DP = 6.29$). Os anos de escolaridade dos homens variam entre os 6 e os 23 anos ($M = 14.73$; $DP = 2.65$) e os das mulheres variam entre os 9 e os 23 anos ($M = 15.39$; $DP = 1.89$). A duração da relação varia entre 2 e 307.5 meses ($M = 69.93$ meses; $DP = 69.44$ meses), correspondendo a média a cerca de 5 anos e meio. No que concerne ao estado civil, 82% dos participantes estão solteiros, 10.7% estão casados e 7.4% em união de facto. Mais de metade dos participantes (63.9%) não coabita com o parceiro romântico. Os 36.1% que se encontram a coabitar com o parceiro, relatam um tempo de coabitação que varia entre 2 e 240 meses ($M = 72.70$ meses; $DP = 70.21$ meses), correspondendo a média a cerca de 6 anos. Apenas 14.4% dos participantes refere ter filhos, variando o número de filhos entre 1 e 4 ($M = 1.31$; $DP = 0.63$) e as idades dos filhos entre 2 meses e 19 anos. Para uma caracterização da amostra num conjunto de variáveis relativas à situação de pandemia COVID-19, consultar a Tabela 1 (Anexo).

3. Procedimentos

O presente estudo obteve um parecer favorável da Comissão de Ética da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto (Ref.^a 2021/02-08), bem como o consentimento dos autores das escalas para a utilização das mesmas no protocolo de recolha de dados. O protocolo foi utilizado também para a recolha de dados de outra dissertação de mestrado, que abrangia igualmente a temática das relações românticas em período de pandemia. Previamente à divulgação do questionário, foram realizadas reflexões faladas com quatro casais, escolhidos por conveniência. Procurava-se testar o funcionamento do questionário, nomeadamente, perceber a duração aproximada do preenchimento, se as questões eram de acessível interpretação e se provocavam algum tipo desconforto. A partir dos comentários e sugestões dos respondentes foram introduzidas algumas alterações aos itens do questionário, tendo em vista a redução da ambiguidade ao nível da compreensão e a sua maior adequação à população-alvo.

No que concerne à constituição da amostra, definiram-se os seguintes critérios de inclusão: estar numa relação romântica e ter entre 18 e 45 anos. Através do intervalo de idades selecionado pretendia-se abarcar participantes jovens adultos e adultos. De um total de 1006 respondentes foram selecionados os indivíduos que cumpriam os critérios de inclusão anteriormente referidos, que tinham respondido às escalas de importância central para o estudo e cujo parceiro romântico também havia preenchido o questionário. Para emparelhar os membros dos casais foi dada uma instrução, no início do questionário, no sentido de cada participante digitar um código para o próprio e para o parceiro, que incluía as iniciais dos primeiros 3 nomes e os últimos dígitos do ano de nascimento de ambos.

A recolha de dados decorreu ao longo do mês de março de 2021, um período temporal que abrangeu o segundo período de confinamento. De notar que ainda que se mantivesse o dever geral de recolhimento domiciliário até dia 30 de abril, a partir do dia 15 de março começaram a ser levantadas algumas restrições, iniciando a primeira fase de desconfinamento (e.g., retoma das atividades educativas e letivas presenciais nas creches, ensino pré-escolar e 1º ciclo do ensino básico, estabelecimentos de comércio de livros e suportes musicais, jardins, espaços verdes e de lazer e possibilidade de retoma da atividade em estabelecimentos de bens não essenciais, através de entregas ao domicílio ou venda ao postigo) (DL n.50-A/2021). A recolha de dados foi realizada através de um questionário, em formato digital, recorrendo ao *LimeSurvey* da plataforma Inquéritos U.PORTO, versão 3.27. A participação no estudo exigia o preenchimento de um consentimento informado *online*,

prévio ao questionário, no qual constava informação relativa ao estudo e aos seus objetivos, bem como em relação à participação. Era também pedido aos participantes que reencaminhassem o questionário para o seu parceiro romântico e que o preenchessem de forma individual e independente. A divulgação do protocolo ocorreu através da partilha do *link* de acesso nas redes sociais (*Facebook, Instagram e Whatsapp*), juntamente com uma descrição, na qual estavam contemplados os objetivos do estudo e os critérios de inclusão, bem como a duração aproximada do preenchimento do questionário, o caráter voluntário e anónimo da participação e a confidencialidade dos dados. O texto e o *link* eram acompanhados por uma imagem ilustrativa da temática, na qual aparecia destacada a informação de que era um pedido de colaboração para uma investigação e de que poderiam encontrar o *link* na descrição. Através da imagem pretendia-se captar a atenção, incentivando a participação no estudo. A seleção dos participantes foi realizada através de métodos de amostragem não probabilística, nomeadamente, por conveniência e através da técnica bola de neve (Marôco, 2021).

4. Instrumentos

4.1 Questionário Sociodemográfico

Foi construído um questionário, constituído por perguntas que incidiam sobre os seguintes tópicos: dados pessoais (e.g., sexo, idade, nacionalidade, escolaridade, concelho de residência, estado civil); dados relativos à esfera relacional (e.g., duração da relação romântica, sexo e idade do companheiro, situação de coabitação e duração da coabitação); dados relativos à esfera familiar (e.g., número de filhos, idades dos filhos, agregado familiar, tipologia da casa); dados relativos à esfera profissional (e.g., profissão, situação profissional atual, horas dedicadas à atividade profissional); impacto da COVID-19 em diversas dimensões da vida (e.g., existência/inexistência de alterações na situação profissional e financeira pré e pós COVID-19, satisfação face à situação financeira em contexto pandémico, em que medida a COVID-19 afetou a saúde física, mental, relações sociais, sexualidade, hábitos de sono e alimentação, prática de exercício físico, atividades de lazer, espiritualidade e qualidade de vida em geral). No âmbito da dimensão da COVID-19, os participantes foram também questionados se estavam em isolamento profilático, se possuíam um diagnóstico presente ou passado de COVID-19 e se pertenciam ou tinham membros do seu agregado familiar a pertencer a um grupo de risco face à COVID-19. De notar que a

presente investigação se inseria num projeto mais alargado, que incluía outra dissertação de mestrado, pelo que nem todas as variáveis contempladas no questionário sociodemográfico se destinavam a ser incluídas no estudo desenvolvido.

4.2 *Experiences in Close Relationships – short version (ECR-S)*

A escala *Experiences in Close Relationships – short version* (ECR-S; Wei, Russel, Mallinckrodt & Vogel, 2007; versão portuguesa de Oliveira & Costa, 2007) foi utilizada para avaliar a vinculação romântica. Trata-se de uma medida de autorrelato, composta por 12 itens, que permite avaliar a vinculação na idade adulta, com base em duas dimensões - ansiedade e evitamento. A subescala da ansiedade é composta por seis itens relativos ao medo do abandono, à hipersensibilidade à rejeição e ao *distress* perante a falta de responsividade e disponibilidade do parceiro (e.g., “Preciso que o/a meu/minha companheiro/a me mostre muitas vezes que me ama”). A subescala do evitamento é constituída por seis itens relativos ao medo da intimidade interpessoal e da dependência, à necessidade excessiva de autossuficiência e à relutância ao nível da autorrevelação (e.g., “Sinto-me nervoso/a quando o/a meu/minha companheiro/a está muito próximo/a afetivamente de mim”). Os itens são cotados a partir de uma escala de *Likert* de 7 pontos, em que (1) corresponde a “discordo fortemente” e (7) a “concordo fortemente”, avaliando o grau em que cada uma das afirmações reflete os sentimentos típicos dos respondentes no relacionamento amoroso. Quanto mais elevada for a pontuação nas subescalas, mais elevados são os níveis de vinculação ansiosa e evitante. No presente estudo os valores de alfa de *Cronbach* das subescalas da ansiedade ($\alpha = .79$ nos homens; $\alpha = .80$ nas mulheres) e do evitamento ($\alpha = .80$ nos homens; $\alpha = .80$ nas mulheres) apontam para uma consistência interna adequada.

4.3 *Dyadic Coping Inventory (DCI)*

O *Dyadic Coping Inventory* (DCI; Bodenmann, 2008; versão portuguesa de Vedes, Lind & Ferreira, 2011) é um instrumento de autorrelato composto por 37 itens, que avalia como o indivíduo perceciona o seu próprio *coping* diádico e o do seu parceiro, nas suas diferentes formas (*coping* diádico apoiante, delegado, negativo), bem como o *coping* diádico conjunto, enquanto casal. Os itens são respondidos a partir de uma escala de *Likert* de 5 pontos, correspondendo (1) a “muito raramente” e (5) a “muito frequentemente”, referindo-se à frequência com que o parceiro age de determinada maneira quando o respondente se sente stressado. No presente estudo, o instrumento foi unicamente utilizado para medir a

perceção face ao *coping* diádico do parceiro, pelo que apenas foram utilizados os 11 itens, que compõem as seguintes subescalas: *Coping* Diádico Apoiante do Parceiro (cinco itens; e.g., O/A meu/minha companheiro/a mostra-me empatia e compreensão), *Coping* Diádico Delegado do Parceiro (dois itens; e.g., Quando estou demasiado ocupado/a, o/a meu/minha companheiro/a ajuda-me) e *Coping* Diádico Negativo do Parceiro (quatro itens; e.g., O/A meu/minha companheiro/a não leva o meu *stress* a sério). Procedeu-se à criação da variável compósita de *Coping* Diádico Positivo do Parceiro (CDPP), através do somatório dos itens das subescalas, estando os itens da subescala *Coping* Diádico Negativo do Parceiro invertidos. O CDPP é tão mais elevado quanto maior for a pontuação obtida na escala. No estudo realizado, verificou-se que a dimensão CDPP apresenta uma consistência interna adequada ($\alpha = .87$ nos homens; $\alpha = .87$ nas mulheres).

4.4 *Quality of Marriage Index* (QMI)

O *Quality of Marriage Index* (QMI; Norton, 1983; tradução para português de Matias & Ferreira, 2019) é um instrumento de autorrelato, que permite aceder a uma avaliação global da qualidade da relação. A escala é composta por seis itens, sendo os primeiros cinco itens avaliados numa escala de *Likert* de 7 pontos, correspondendo (1) a “discordo totalmente” e (5) a “concordo totalmente”, o que reflete o grau de concordância/discordância do respondente face a um conjunto de afirmações gerais sobre a sua relação (e.g., “a nossa relação é forte”). O sexto item (“tomando em consideração todas as coisas, qual o seu grau de felicidade na sua relação...”) é respondido numa escala de 10 pontos, correspondendo (1) a “muito baixo” e (5) a “muito elevado”. De notar que no instrumento utilizado os itens estão formulados de modo a poderem ser respondidos por indivíduos que estejam numa relação romântica, independentemente de serem casados ou não. A cotação é realizada a partir do somatório da pontuação dos itens, sendo a qualidade da relação tanto maior quanto mais elevada for a pontuação obtida. O instrumento revelou uma consistência interna adequada no presente estudo ($\alpha = .95$ nos homens; $\alpha = .94$ nas mulheres).

4.5 *Stress* Conjugal Pandémico

Com o intuito de avaliar o *stress* percecionado no domínio específico da relação romântica, durante o período de pandemia COVID-19, foi desenvolvida uma medida de autorrelato, constituída por quatro itens, avaliados numa escala de *Likert* de 5 pontos, em que (0) corresponde a “nunca” e (4) a “muito frequentemente”, com a seguinte instrução “durante a pandemia COVID-19 com que frequência...”. Alguns exemplos de itens: “sentiu

uma tensão acrescida na relação romântica”; “sentiu que a sua relação romântica exigia mais tempo e energia do que aquela que tinha para dar”; “sentiu que a sua relação romântica era a sua principal fonte de *stress*”. A cotação é obtida através do somatório da pontuação dos itens, sendo o *stress* conjugal pandémico tanto mais elevado quanto maior for a pontuação. Através da realização da Análise Fatorial Exploratória em Componentes Principais, seguida de rotação *varimax*, verificou-se que o teste de esfericidade de *Bartlett* apresentou um valor de 424.85 ($p < .001$) e o teste de *Kaiser-Meyer-Olkin* um valor de .78, apontando para uma boa adequação da matriz de dados a procedimentos de análise fatorial. De acordo com o critério do valor próprio (*eigenvalue*) superior a 1 e com o gráfico de cotovelo (*scree plot*), a estrutura relacional é explicada por 1 fator latente, que explica 68.78% da variância total. Os valores de alfa de *Cronbach* obtidos revelam uma consistência interna adequada ($\alpha = .79$ nos homens; $\alpha = .87$ nas mulheres).

5. Estratégia de Análise de Dados

Os procedimentos preliminares de análise de dados foram efetuados com recurso ao *software IBM SPSS Statistics (Statistical Package for Social Sciences)*, versão 27. Neste âmbito, foi executada uma análise para deteção de erros de digitação e/ou valores estranhos. Foram identificados cinco participantes que excediam a idade limite imposta pelo critério etário de inclusão no estudo (18-45 anos), sendo que dois deles, que constituíam uma díade foram eliminados por possuírem idades muito distantes do critério (65 e 66 anos). Optou-se por manter os restantes três participantes, de 46, 47 e 54 anos, tendo em conta a relativa proximidade ao limite superior do critério etário e o facto de estarem emparelhados com parceiras com menos de 45 anos. Foram eliminados seis casais homossexuais, ficando o estudo apenas com casais heterossexuais, devido à seleção do sexo, enquanto variável intradíade, isto é, uma variável que possibilita a distinção dos dois membros da díade. Em termos de procedimentos preliminares, foi inspecionada a existência de valores omissos, identificando-se cinco participantes que não responderam às escalas-chave do estudo, o que justificou a sua eliminação, assim como a eliminação dos respetivos parceiros românticos. A partir da análise da distância quadrada de *Mahalanobis*, examinou-se a presença de *outliers* multivariados ($p < .001$), verificando-se a sua inexistência na amostra (Tabachnick & Ullman, 2018). Foi também avaliada a normalidade da distribuição dos dados nas variáveis em estudo, atendendo aos critérios estipulados por Kline (2015) para os valores de

assimetria e curtose, verificando-se que nenhuma variável apresentou uma violação severa da normalidade. No *IBM SPSS Statistics 27* foi, ainda, realizada a análise da consistência interna das escalas, nomeadamente a partir do valor de alfa de *Cronbach*, uma análise descritiva das variáveis em estudo, das correlações (correlação bivariada de *Pearson*) entre as mesmas e a comparação das médias entre os homens e mulheres da amostra, recorrendo-se ao Teste *t* de *Student* para amostras emparelhadas.

A representação gráfica dos modelos de mediação e moderação, a sua estimação e ajustamento, bem como a testagem das hipóteses de investigação foram efetuados com recurso ao *software* AMOS (*Analysis of Moment Structures*), versão 27, e tendo por base o *Actor-Partner-Interdependence Model* (APIM; Cook & Kenny, 2005). Pretendendo-se utilizar a díade enquanto unidade de análise, recorreu-se ao APIM, por abarcar uma visão concetual que pressupõe a interdependência dos dados dos elementos da díade e procedimentos estatísticos que permitem a testagem de efeitos de ator e de parceiro (Cook & Kenny, 2005). De notar que devido ao tamanho da amostra ($N = 122$ casais) e ao número de parâmetros a ser estimados, todas as variáveis em estudo foram encaradas como variáveis observadas. No presente estudo foram implementados modelos APIM com díades compostas por elementos distintos ao nível do sexo e utilizou-se uma aplicação particular da Análise de Equações Estruturais (AEE) designada por *Path Analysis*. A *Path Analysis* possibilita o estudo de relações estruturais (efeitos diretos e indiretos) entre variáveis manifestas (Marôco, 2021). No que diz respeito ao método de estimação dos modelos foi utilizada a Máxima Verosimilhança (Marôco, 2021). A avaliação da qualidade de ajustamento dos modelos foi realizada tendo por base os valores de referência propostos por Marôco (2021) para as seguintes estatísticas: rácio entre χ^2/df , *comparative fit index* (CFI) e o *root mean square error of approximation* (RMSEA). Para que o modelo evidencie um ajustamento adequado, o rácio entre χ^2/df deve ser inferior a 5, o valor de CFI superior a .90, e o valor de RMSEA inferior a .08.

No estudo realizado foram testados dois modelos: um modelo de mediação - *actor-partner interdependence mediation model* (APIMeM) - e um modelo de moderação - *actor-partner interdependence moderation model* (APIMoM) - incluindo as dimensões da vinculação, ansiedade e evitamento, como variáveis predictoras. O primeiro modelo testou o papel mediador do CDPP na associação entre ansiedade e evitamento e a qualidade da relação. O segundo modelo testou o papel moderador do *stress* conjugal pandémico, na associação entre ansiedade e evitamento e o CDPP. Em ambos os modelos foram controlados os efeitos da duração da relação sobre o CDPP, tendo em conta que a maioria dos estudos

com variáveis de CD utilizaram amostras de indivíduos em relações longas e, por isso, ainda pouco se sabe relativamente à forma como o CD evolui ao longo do tempo de relacionamento (Papp & Witt, 2010). Com o intuito de compreender se a magnitude dos efeitos encontrados era idêntica para homens e mulheres, foram comparados modelos aninhados, tendo sido as trajetórias equivalentes constringidas à igualdade (Kenny et al., 2006). Deste modo, a trajetória entre a ansiedade do homem e o CDPP do homem (efeito de ator) e a trajetória entre a ansiedade da mulher e o CDPP da mulher (efeito de ator) foram constringidas à igualdade. Aplicou-se a mesma lógica às restantes trajetórias que traduziam efeitos de ator. No que diz respeito aos efeitos de parceiro, procedeu-se à replicação do procedimento, sendo as trajetórias equivalentes constringidas à igualdade (e.g., a trajetória entre a ansiedade do homem e o CDPP da mulher e a trajetória entre a ansiedade da mulher e o CDPP do homem). Procedeu-se à comparação dos modelos com e sem constringições a partir da análise do teste de diferença de χ^2 , que quando não significativo indica que não há diferenças estatisticamente significativas entre os modelos de trajetórias (Cook & Kenny, 2005). Consideraram-se significativos os efeitos com $p < .05$. Para avaliar a significância dos efeitos indiretos do modelo de mediação, recorreu-se ao procedimento de reamostragem *bootstrap*, descrito em Marôco (2021) como um método de elevada precisão estatística. Foi realizado com 2000 amostras *bootstrap* e um intervalo de confiança a 95%. Consideraram-se os efeitos indiretos significativos quando o 0 não estava incluído no intervalo de confiança (Marôco, 2021).

Resultados

1. Análises Preliminares

1.1 Correlações de *Pearson* entre as Variáveis do Estudo

Na Tabela 2 (Anexo) estão contempladas as correlações de ator (intra-sujeitos), entre as variáveis em estudo, divididas pelo sexo dos participantes. Verifica-se um padrão semelhante de correlações, em ambos os sexos, ao nível da direção da associação entre as variáveis. A ansiedade e o evitamento encontram-se positivamente correlacionados e ambos apresentam uma correlação positiva com o *stress* conjugal pandémico e uma correlação

negativa com o CDPP e com a qualidade da relação. O *stress* conjugal pandémico encontra-se negativamente correlacionado com o CDPP e com a qualidade da relação. O CDPP evidencia uma correlação positiva com a qualidade da relação.

Na Tabela 3 (Anexo) é possível observar as correlações de parceiro (inter-sujeitos) categorizadas pelo sexo dos participantes. Aparecem assinaladas a negrito as correlações entre as mesmas variáveis dos homens e das mulheres, que captam a não independência dos dados. A este nível verifica-se que a ansiedade do homem apresenta uma correlação com todas as variáveis da mulher, havendo uma correlação positiva com a ansiedade, evitamento e *stress* conjugal pandémico da mulher e uma correlação negativa com o CDPP e qualidade da relação da mulher. A ansiedade da mulher também evidencia uma correlação com todas as variáveis do homem, com direção da associação semelhante. O evitamento do homem evidencia uma correlação com todas as variáveis da mulher, apresentando uma correlação positiva com o evitamento e *stress* conjugal pandémico da mulher e uma correlação negativa com o CDPP e qualidade da relação desta. O evitamento da mulher estabelece um padrão de correlações semelhante com as variáveis do homem. O *stress* conjugal pandémico do homem apresenta uma correlação positiva com o *stress* conjugal pandémico da mulher e uma correlação negativa com o CDPP e qualidade da relação desta. O *stress* conjugal pandémico da mulher estabelece um padrão de correlações similar com as variáveis do homem. O CDPP do homem demonstra uma correlação positiva com o CDPP e qualidade da relação da mulher. O CDPP da mulher reflete um padrão de correlações similar com as variáveis do homem. Por fim, as variáveis da qualidade da relação do homem e da mulher correlacionam-se positivamente.

1.2 Análise Diferencial em Função do Sexo nas Variáveis em Estudo

Realizou-se um Teste *t* de *Student* para amostras emparelhadas, apresentado na Tabela 4 (Anexo), com o intuito de analisar a existência de diferenças estatisticamente significativas entre homens e mulheres ($p < .05$). Foram detetadas diferenças estatisticamente significativas nas variáveis ansiedade e evitamento. Verificou-se que as mulheres apresentam valores superiores de ansiedade em comparação com os homens e que os homens revelam valores superiores de evitamento, comparativamente às mulheres. Nas restantes variáveis não foram registadas diferenças estatisticamente significativas.

2. Modelo de Mediação (APIMeM)

2.1 Efeitos Diretos entre a Vinculação, *Coping* Diádico do Parceiro e Qualidade da Relação

No modelo APIMeM, ajustado aos dados, a ansiedade e o evitamento assumem o papel de variáveis independentes, a qualidade da relação assume o papel de variável dependente e o CDPP o papel de variável mediadora. Tal como descrito nos procedimentos de análise de dados, procurou-se refinar o APIMeM e testar se as magnitudes dos efeitos eram idênticas para ambos os sexos. Verificou-se que os modelos com restrições de semelhança nas trajetórias de ator ($\Delta \chi^2 (6) = 4.485, p = .611$) e de parceiro ($\Delta \chi^2 (5) = 3.356, p = .645$) não diferiam significativamente do modelo de estimativas livres. Assim, podendo assumir-se que os efeitos de ator e parceiro são equivalentes para homens e mulheres, foi criado um modelo final com as trajetórias constringidas à igualdade. O modelo final revelou um ajustamento muito bom aos dados ($\chi^2 (13) = 10.990, p = .612, \chi^2/df = .845, CFI = 1.000; RMSEA = .000$), explicando cerca de 46% e 50% da variância total da qualidade da relação do homem e da mulher, respetivamente.

Em termos de efeitos diretos de ator, verificaram-se efeitos significativos negativos entre as duas dimensões da vinculação romântica (ansiedade e evitamento) e o CDPP e entre as duas dimensões da vinculação romântica e a qualidade da relação. Foi encontrado, ainda, um efeito direto significativo de ator positivo entre o CDPP e a qualidade da relação. O efeito da duração da relação no CDPP não se revelou significativo. Em termos de efeitos diretos de parceiro, verificou-se um efeito significativo negativo entre o evitamento do ator e o CDPP do parceiro. Os efeitos diretos elencados estão representados na Tabela 5. Para aceder a uma representação gráfica dos efeitos diretos significativos, consultar a Figura 2.

Tabela 5

Estimativas dos efeitos diretos não estandardizados do APIMeM (método de estimação da Máxima Verosimilhança)

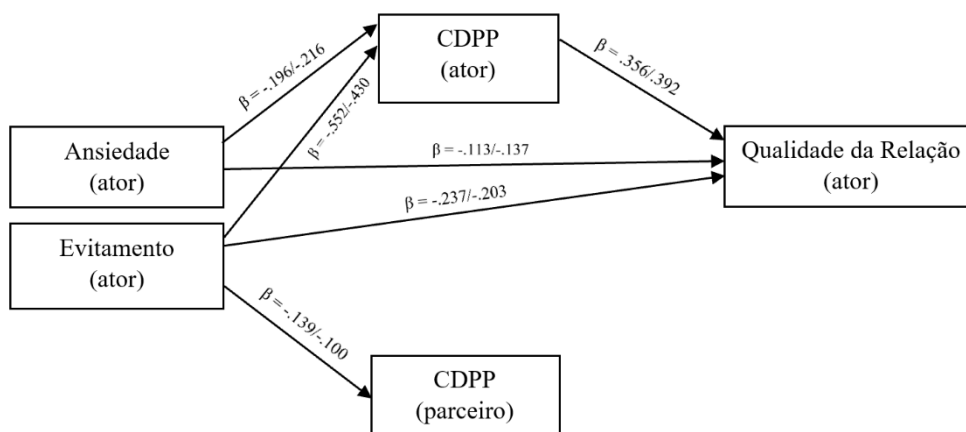
	<i>B</i>	<i>SE</i>	<i>p</i>
Efeitos Diretos de Ator			
Ansiedade → CDPP	-.105	.026	<.001
Evitamento → CDPP	-.325	.033	<.001
Ansiedade → Qualidade da Relação	-.088	.035	.012

Evitamento → Qualidade da Relação	-0.202	.054	<.001
CDPP → Qualidade da Relação	.516	.083	<.001
Duração da Relação → CDPP	-.001	.000	.135
Efeitos Diretos de Parceiro			
Ansiedade (ator) → CDPP (parceiro)	-.045	.026	.084
Evitamento (ator) → CDPP (parceiro)	-.078	.033	.019
Ansiedade (ator) → Qualidade da Relação (parceiro)	-.019	.036	.600
Evitamento (ator) → Qualidade da Relação (parceiro)	-.097	.052	.064
CDPP (ator) → Qualidade da Relação (parceiro)	.077	.084	.357

Nota. As células a negrito representam valores estatisticamente significativos ($p < .05$). Devido à invariância de gênero, os valores de B , SE e p podem ser assumidos como equivalentes para homens e mulheres. B = estimativa não estandardizada; SE = erro padrão. O efeito da duração da relação foi controlado. Foi testado um modelo que controlava os efeitos da coabitação sobre o CDPP. No entanto, a covariável da coabitação não foi incluída no modelo final, uma vez que não se registaram associações significativas com as variáveis de interesse e também por uma questão de parcimônia.

Figura 2

Representação gráfica dos efeitos diretos de ator e parceiro significativos (estimativas estandardizadas homens/mulheres) do APIMeM



2.2 Efeitos Indiretos da Vinculação na Qualidade da Relação via *Coping* Diádico do Parceiro

Foi testada a significância dos efeitos indiretos entre as dimensões da vinculação romântica (ansiedade e evitamento) e a qualidade da relação, de modo a avaliar o papel

mediador do CDPP na associação entre estas variáveis. Entre as duas dimensões da vinculação e a qualidade da relação foram encontrados apenas efeitos indiretos significativos de ator, não tendo sido detetados efeitos indiretos significativos de parceiro. Verificou-se um efeito indireto significativo entre a ansiedade do ator e a qualidade da relação do ator, via CDPP do ator, e entre o evitamento do ator e a qualidade da relação do ator, via CDPP do ator (Tabela 6).

Tabela 6

Teste de Bootstrap para os efeitos indiretos das dimensões da Vinculação na Qualidade da Relação do APIMeM

Efeitos Indiretos	<i>B</i>	<i>SE</i>	<i>p</i>	Bootstrapping	
				Mínimo	Máximo
Ansiedade (H) → CDPP (H) → QR (H)	-.053	.019	.000	-.101	-.024
Ansiedade (H) → CDPP (M) → QR (M)	-.020	.017	.236	-.054	.013
Ansiedade (M) → CDPP (M) → QR (M)	-.052	.019	.000	-.101	-.023
Ansiedade (M) → CDPP (H) → QR (H)	-.020	.016	.188	-.051	.011
Evitamento (H) → CDPP (H) → QR (H)	-.165	.043	.000	-.269	-.095
Evitamento (H) → CDPP (M) → QR (M)	-.032	.028	.150	-.103	.012
Evitamento (M) → CDPP (M) → QR (M)	-.168	.044	.000	-.276	-.096
Evitamento (M) → CDPP (H) → QR (H)	-.040	.026	.074	-.105	.003

Nota. As células a negrito representam valores estatisticamente significativos ($p < .05$). H = homem. M = mulher; *B* = estimativa não standardizada; *SE* = erro padrão; CI = intervalo de confiança. O efeito da duração da relação foi controlado. Foi testado um modelo que controlava os efeitos da coabitação sobre o CDPP. No entanto, a covariável da coabitação não foi incluída no modelo final, uma vez que não se registaram associações significativas com as variáveis de interesse e também por uma questão de parcimónia.

3. Modelo de Moderação (APIMoM)

3.1 Efeito moderador do *Stress* Conjugal Pandémico na associação entre as dimensões da Vinculação e o *Coping* Diádico do Parceiro

Procurou-se testar, através do modelo APIMoM, se o *stress* conjugal pandémico evidencia um efeito de moderação entre as dimensões da vinculação romântica (ansiedade e

evitamento) e o CDPP. O modelo APIMoM, ajustado aos dados, incluía a ansiedade e o evitamento como variáveis independentes, a variável *stress* conjugal pandémico como variável moderadora e o CDPP como variável dependente. As variáveis foram centradas na média para minimizar possíveis problemas com a multicolinearidade. À semelhança do APIMeM, procurou-se refinar o modelo e testar se as magnitudes dos efeitos eram idênticas para ambos os sexos. Verificou-se que os modelos com restrições de semelhança nas trajetórias de ator ($\Delta \chi^2 (6) = 7.518, p = .276$) e de parceiro ($\Delta \chi^2 (5) = 4.820, p = .438$) não diferiam significativamente do modelo de estimativas livres.

Assim, podendo assumir-se que os efeitos de ator e de parceiro são equivalentes para homens e mulheres, foi criado um modelo final com as trajetórias restritas à igualdade, que evidenciou um bom ajustamento aos dados, tendo em consideração os seus índices χ^2/df e CFI, sendo apenas o RMSEA indicador de um ajustamento aceitável ($\chi^2 (35) = 52.093, p = .032, \chi^2/df = 1.488, CFI = .966; RMSEA = .064$). O modelo final explica cerca de 58% e 42% da variância total do CDPP do homem e da mulher, respetivamente. De notar que foram apenas analisadas as associações que incluíam a variável *stress* conjugal pandémico, atendendo às hipóteses formuladas para o presente estudo. Em termos de efeitos de ator, verificou-se um efeito significativo negativo do *stress* conjugal pandémico no CDPP e um efeito significativo negativo da interação entre o evitamento e o *stress* conjugal pandémico sobre o CDPP. Como se pode constatar na Figura 3, os indivíduos com elevados/baixos níveis de evitamento evidenciam um CDPP mais baixo quando percecionam um elevado *stress* conjugal pandémico do que quando percecionam um baixo *stress*. Contudo, o CDPP é particularmente baixo quando os indivíduos apresentam simultaneamente elevados níveis de evitamento e de *stress* conjugal pandémico, comparativamente aos indivíduos que revelam elevados níveis de *stress* conjugal pandémico, mas um baixo evitamento. Não se registou um efeito significativo (de ator) da interação entre ansiedade e *stress* conjugal pandémico sobre o CDPP. Em termos de efeitos de parceiro, foi apenas encontrado um efeito significativo negativo da interação entre o evitamento do ator e o *stress* conjugal pandémico do ator sobre o CDPP do parceiro. Como se pode observar na Figura 4, o CDPP do parceiro é mais baixo quando no ator o *stress* conjugal pandémico é elevado (do que quando é baixo), tanto nos indivíduos com baixo evitamento como nos indivíduos com elevado evitamento. O menor valor de CDPP do parceiro é registado quando está presente um elevado evitamento e um elevado *stress* conjugal pandémico do ator. O efeito do *stress* conjugal pandémico do ator no CDPP do parceiro não se revelou significativo, assim como o efeito da interação

entre a ansiedade do ator e *stress* conjugal pandémico do ator sobre o CDPP do parceiro. Os diversos efeitos elencados encontram-se apresentados na Tabela 7.

Tabela 7

Estimativas dos efeitos não standardizados do APIMoM (método de estimação da Máxima Verosimilhança)

	<i>B</i>	<i>SE</i>	<i>p</i>
Efeitos de Ator			
<i>Stress</i> Conjugal Pandémico → CDPP	-.120	.027	<.001
Ansiedade x <i>Stress</i> Conjugal Pandémico → CDPP	.044	.028	.109
Evitamento x <i>Stress</i> Conjugal Pandémico → CDPP	-.091	.027	<.001
Efeitos de Parceiro			
<i>Stress</i> Conjugal Pandémico (ator) → CDPP (parceiro)	-.061	.036	.092
Ansiedade (ator) x <i>Stress</i> Conjugal Pandémico (ator) → CDPP (parceiro)	-.041	.027	.128
Evitamento (ator) x <i>Stress</i> Conjugal Pandémico (ator) → CDPP (parceiro)	-.057	.028	.044

Nota. As células a negrito representam valores estatisticamente significativos ($p < .05$). Devido à invariância de género, os valores de *B*, *SE* e *p* podem ser assumidos como equivalentes para homens e mulheres. *B* = estimativa não standardizada; *SE* = erro padrão. O efeito da duração da relação foi controlado. Foi testado um modelo que controlava os efeitos da coabitação sobre o CDPP. No entanto, a covariável da coabitação não foi incluída no modelo final, uma vez que não se registaram associações significativas com as variáveis de interesse e também por uma questão de parcimónia.

Figura 3

Representação gráfica do efeito de interação entre Evitamento e Stress Conjugal Pandémico sobre o CDPP (efeitos de ator)

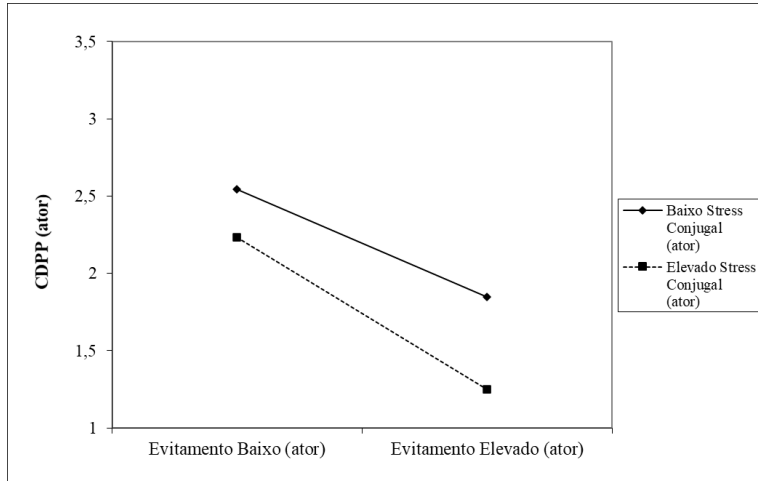
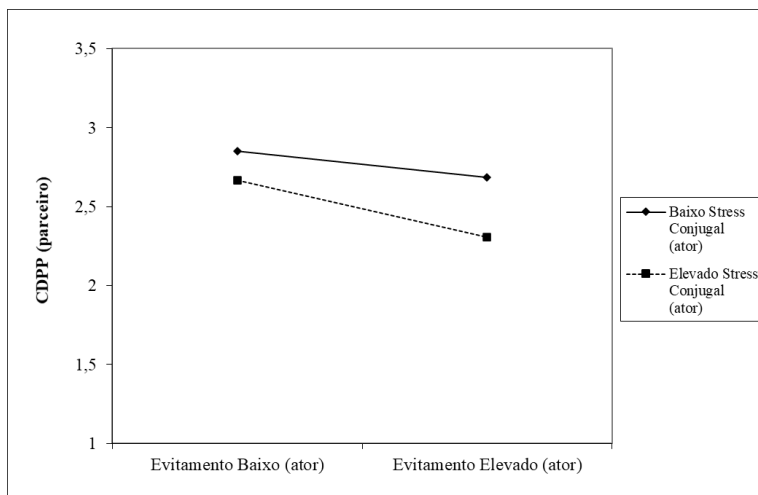


Figura 4

Representação gráfica do efeito de interação entre Evitamento e Stress Conjugal Pandémico do ator sobre o CDPP do parceiro



Discussão

À luz do modelo VSA adaptado à pandemia COVID-19 (Pietromonaco & Overall, 2020) no presente estudo pretendeu-se examinar, numa primeira fase, as associações entre as dimensões da vinculação romântica (ansiedade e evitamento), o *coping* diádico positivo do parceiro (CDPP) e a qualidade da relação de ambos os elementos do casal, testando o papel mediador do CDPP na associação entre vinculação e qualidade da relação. Numa segunda fase, procurou-se testar o papel moderador do *stress* conjugal pandémico na associação entre as dimensões da vinculação romântica e o CDPP. Foi aplicada uma abordagem diádica, que possibilitou a estimação de efeitos de ator e de parceiro, recorrendo-se, no primeiro momento, a um modelo de mediação, APIMeM e, no segundo momento, a um modelo de moderação, APIMoM. As trajetórias dos homens e das mulheres revelaram-se equivalentes ao nível da magnitude dos efeitos, tendo sido criado um modelo final com as trajetórias constringidas à igualdade. Os efeitos da duração da relação sobre o CDPP foram controlados.

1. Associação entre a Vinculação e a Qualidade da Relação e o Papel Mediador do *Coping* Diádico do Parceiro nesta Ligação

No que diz respeito à associação entre a ansiedade e o evitamento do ator e a qualidade da relação do ator, os resultados obtidos corroboram a H1, na qual era esperada uma associação negativa entre as variáveis. Este resultado é consistente com estudos prévios que recorreram a uma abordagem intrapessoal, indo ao encontro da robusta associação negativa entre vinculação insegura (elevados níveis de ansiedade e/ou evitamento) e qualidade da relação (Li & Chan, 2012). Contudo, contrariamente ao esperado na H3, não se registaram efeitos significativos de parceiro entre a ansiedade e o evitamento do ator e a qualidade da relação do parceiro. Também nos estudos de Molero et al. (2016) e de Schmitt (2002) foi identificada uma ausência de efeitos significativos de parceiro entre ambas as dimensões da vinculação e a satisfação conjugal. O resultado obtido no presente estudo é inesperado, tendo em conta que a vinculação insegura cria uma série de dificuldades e problemas relacionais, que tendem a revelar-se prejudiciais para a qualidade da relação, não só do próprio indivíduo com vinculação insegura, mas também do seu companheiro (Overall et al., 2021). De facto, uma recente meta-análise, desenvolvida por Candel e Turliuc (2019), denota a existência de uma associação negativa significativa entre a ansiedade e o evitamento

do ator e a satisfação conjugal do parceiro. No entanto, torna-se necessário sublinhar que o modelo VSA (Pietromonaco & Overall, 2020), que orientou o presente estudo, não prevê uma ligação direta entre a vinculação e a qualidade da relação, sendo esta associação mediada pelos processos adaptativos do casal.

No que concerne ao papel mediador do CDPP, os resultados obtidos apoiam a H2, denotando que o CDPP do ator medeia a associação entre a ansiedade e o evitamento do ator e a qualidade da relação do ator. Especificamente, ambas as dimensões da vinculação romântica evidenciaram uma associação negativa com a qualidade da relação, por via do CDPP. Quanto maiores forem os níveis de ansiedade e evitamento do próprio, menor é o CDPP do próprio e, subsequentemente, menor é a qualidade da relação do próprio. Fuenfhausen e Cashwell (2013), num estudo não diádico, apontaram numa direção similar, constatando o papel mediador do *coping* diádico (CD) entre as dimensões da vinculação e a satisfação conjugal. Wollny et al. (2020) basearam-se, à semelhança do presente estudo, no modelo VSA, e corroboraram o papel mediador de dimensões positivas do CD, numa associação entre uma característica mais estrutural (inteligência emocional traço) e a satisfação conjugal. Os resultados obtidos no presente estudo podem ser entendidos à luz da tendência dos indivíduos mais ansiosos e evitantes para perceberem as ações dos seus parceiros de uma maneira mais negativa, podendo subestimar a quantidade e a qualidade de apoio que os parceiros fornecem (McLeod et al., 2019; Mikulincer & Shaver, 2016; Simpson & Rholes, 2012). Quando os níveis de ansiedade são elevados, é esperada do parceiro uma responsividade inconsistente, havendo dúvidas se este poderá ser uma efetiva fonte de apoio quando necessário (Simpson & Rholes, 2012). Quando os níveis de evitamento são elevados, a pessoa tende a esperar que o parceiro não seja responsivo às suas necessidades, havendo uma tendência para ler a realidade de modo a confirmar estas asserções (Mikulincer & Shaver, 2016). Apontando o CDPP para o que se percebe que o parceiro faz, em termos positivos, quando o próprio está sob *stress*, faz sentido que um recetor do apoio que seja mais ansioso ou evitante tenha tendência a reportar menores níveis de CDPP, o que pode ser nefasto para a sua qualidade da relação. Um elevado CDPP poderia ser um promotor da resiliência em pandemia COVID-19 pela associação positiva robusta com a satisfação conjugal (Falconier et al., 2015a). Donato et al. (2021) realçaram o papel fundamental que o *coping* diádico do parceiro pode ter para o bem-estar psicológico durante a situação pandémica e Balzarini et al. (2021) enfatizaram a função protetora da responsividade do parceiro percebida face aos stressores pandémicos. Contudo, a presença de uma vinculação insegura pode colocar os casais em risco de baixa qualidade conjugal, pelos

baixos níveis de CDPP. Os resultados encontrados fornecem suporte à cadeia de ligações estipulada pelo modelo concetual utilizado, que advoga que as vulnerabilidades estruturais individuais (e.g., vinculação insegura) se associam à qualidade da relação por via dos processos diádicos adaptativos (e.g., CDPP). Estes resultados podem ter implicações teóricas e clínicas importantes, fornecendo pistas de que os indivíduos com uma vinculação mais insegura poderão ser menos propensos a conceber o companheiro como uma figura de apoio em períodos adversos, como a pandemia COVID-19. Tal pode dificultar a manutenção de uma relação de qualidade, que seria vital para a saúde e para o bem-estar psicológico (Pietromonaco & Collins, 2017).

Ao contrário do esperado na H4, não se registaram efeitos de parceiro significativos entre a ansiedade e o evitamento do ator e a qualidade da relação do parceiro, por via do CDPP do parceiro. Era expectável que o CDPP do parceiro exercesse um papel mediador nesta associação, visto que a literatura aponta que os parceiros românticos dos indivíduos mais ansiosos e mais evitantes tendem a percecioná-los como menos apoiantes (Overall et al., 2021), havendo uma maior propensão para as pessoas com vinculação insegura serem menos sensíveis e responsivas às necessidades dos seus companheiros (Mikulincer & Shaver, 2016). Este efeito pode não se ter revelado significativo pelo reduzido tamanho da amostra (122 casais). O facto de se ter recorrido a uma variável compósita de CD, que resulta da agregação das subescalas do *Dyadic Coping Inventory* (DCI; Bodenmann, 2008) ligadas à perceção face ao parceiro, também pode ter exercido influência a este nível. Talvez as subdimensões compreendidas no CDPP, como as utilizadas nos estudos de Holzapfel et al. (2018) e Rusu et al. (2020) (e.g., CD apoiante focado na emoção, CD apoiante focado no problema) sejam mais discriminativas e possibilitem outro impacto ao nível da mediação. Os indivíduos mais ansiosos e mais evitantes podem prestar um apoio ao parceiro com características particulares (Mikulincer & Shaver, 2016), que se reflita depois na perceção que os parceiros têm do tipo apoio recebido e na avaliação que fazem da qualidade da relação. Os mais evitantes podem estar mais confortáveis a prestar um apoio de natureza mais instrumental do que emocional (Cassidy & Shaver, 2016). Uma dimensão mais global pode não conseguir captar, de modo tão eficaz, esta possível singularidade. Os parceiros dos indivíduos com vinculação insegura podem também dar um maior enfoque às ações negativas destes (comparativamente às positivas), devido às interações conjugais pouco construtivas que se podem gerar, decorrentes dos desafios impostos por esta vulnerabilidade individual. Assim, poderiam ter sido obtidos resultados diferentes se fosse utilizada uma medida centrada nas formas de *coping* negativo que o próprio perceciona face ao parceiro.

Analisando os efeitos significativos do APIMeM verifica-se que são, sobretudo, efeitos de ator. No que concerne a efeitos de parceiro, registou-se apenas um efeito direto do evitamento do ator no CDPP do parceiro. Uma conclusão presente na meta-análise de Candel e Turliuc (2019) pode ajudar a compreender esta prevalência de efeitos de ator. Os autores apontaram que, de uma forma geral, os efeitos de ator da vinculação sobre a satisfação conjugal são mais fortes do que os efeitos de parceiro (Candel & Turliuc, 2019). Assim, os efeitos de parceiro nestas variáveis, comparativamente aos efeitos de ator, tenderão a ser menos expressivos e possivelmente mais suscetíveis de não alcançar a significância devido à sofisticação dos procedimentos estatísticos utilizados e a determinadas características inerentes aos modelos. Neste sentido, o refinamento do modelo, através da criação de um modelo final com trajetórias constringidas à igualdade, pode ter contribuído para que apenas os efeitos mais robustos permanecessem. De notar que muitos dos estudos diádicos realizados não reportam a realização deste procedimento de aplicação de constringimentos às trajetórias. Poderão também existir importantes mediadores para a ligação entre vinculação romântica e qualidade da relação, que não tenham sido contemplados no presente modelo, como o compromisso e a intimidade (Madey & Rodgers, 2009), a comunicação emocional (Guerrero et al., 2009) ou o *self-disclosure* (Keelan et al., 1998).

2. O Papel Moderador do *Stress* Conjugal Pandémico na associação entre Vinculação e *Coping* Diádico do Parceiro

Previamente à testagem do efeito moderador do *stress* conjugal pandémico na relação entre ansiedade e evitamento e o CDPP, procurou-se compreender a associação entre o *stress* conjugal pandémico e o CDPP. Tal como foi avançado na H5, o *stress* conjugal pandémico do ator associa-se negativamente ao CDPP do ator. Esta ligação é consistente com as evidências de que o *stress* constitui uma ameaça para o funcionamento conjugal (Randall & Bodenmann, 2009) e vai ao encontro do que é preconizado no modelo VSA (Pietromonaco & Overall, 2020), no que diz respeito aos efeitos nefastos do *stress* pandémico sobre os processos diádicos adaptativos. De facto, o *stress* pode incrementar dinâmicas conjugais negativas, como a emergência de padrões de retirada, de hostilidade e de baixos níveis de apoio responsivo (Pietromonaco & Overall, 2020), bem como perceções mais negativas face ao apoio recebido pelo companheiro (Neff & Karney, 2004). O *stress* conjugal (interno/intra-diádico), em particular, é uma das formas mais poderosas de *stress* em termos de impacto negativo (Simpson & Rholes, 2012), abarcando uma dimensão que é extremamente central

para muitos indivíduos e que impacta múltiplos níveis da sua vida (Story & Bradbury, 2004). A pandemia COVID-19 levou os casais a experienciar novas rotinas e exigências (Balzarini et. al, 2020). Algumas díades foram forçadas a separações prolongadas e outras tiveram de gerir um contacto permanente (Feeney & Fitzgerald, 2021), a par de outros stressores (e.g., experiência de isolamento social, dificuldades financeiras), que podem ser transferidos para relação, tornando-a uma fonte de *stress* adicional (Falconier, 2015b). A ligação negativa entre o *stress* conjugal pandémico e o CDPP merece destaque, podendo suscitar importantes reflexões. Realça que diversos casais podem estar a vivenciar um *stress* intra-diádico significativo, que se associa a uma perceção do parceiro como menos apoiante, numa altura em que seria fulcral que a relação fosse um contexto protetor, em que o companheiro pudesse ser visto como um porto seguro. Por outro lado, a H7, que remetia para os efeitos de parceiro entre o *stress* conjugal pandémico do ator e o CDPP do parceiro, não foi corroborada, sendo os efeitos obtidos não significativos. Este resultado não era o esperado, atendendo a que o tipo de *stress* avaliado, ao ser um *stress* relativo à relação, seria expectável que impactasse todo o sistema conjugal (Bodenmann & Randall, 2009). Este resultado pode possivelmente ser explicado pelos níveis de *stress* conjugal pandémico experienciados pela amostra que, em média, foram baixos. Analisando a H5 e a H7, parece que os níveis de *stress* conjugal do próprio podem ser mais suscetíveis de afetar a própria perceção face ao *coping* manifestado pelo parceiro do que a perceção do parceiro face às respostas de *coping* que recebe do outro. Para haver um impacto significativo ao nível do CDPP do parceiro, talvez o *stress* tenha de ser conjugado com outros fatores, como por exemplo vulnerabilidades estruturais individuais dos membros do casal (e.g., vinculação insegura), como se verificou na H8.

No que concerne ao papel moderador do *stress*, a H6 foi parcialmente confirmada. Verificou-se um efeito significativo negativo da interação entre o evitamento (e não a ansiedade) do ator e o *stress* conjugal pandémico do ator sobre o CDPP do ator. Este efeito de moderação enfatiza que o *stress* conjugal pandémico intensifica a associação negativa entre o evitamento do ator e o CDPP do ator. Os resultados apontam também para efeitos significativos da interação entre o evitamento (e não a ansiedade) do ator e o *stress* conjugal pandémico do ator sobre o CDPP do parceiro, sustentando parcialmente a H8. O *stress* conjugal pandémico do ator parece ter, assim, um efeito potenciador de vulnerabilidade, ao promover um CDPP particularmente baixo do ator e do parceiro, quando conjugado com um elevado evitamento do ator. Os resultados obtidos vão ao encontro do modelo VSA (Pietromonaco & Overall, 2020), que advoga que as vulnerabilidades estruturais individuais (e.g., vinculação insegura) interagem com o *stress*, sendo os processos diádicos afetados de

modo mais negativo quando os indivíduos têm uma vinculação mais insegura e percebem maiores níveis de *stress*. Um dado importante realçado pelo estudo realizado é que os efeitos negativos desta interação não se restringem ao próprio. São suscetíveis de afetar também negativamente o parceiro, podendo fazê-lo sentir-se menos apoiado ao nível da gestão do *stress*. Deste modo, todo o sistema conjugal pode ser afetado ao nível das dinâmicas de *coping* na relação, o que pode resultar numa dificuldade acrescida para navegar o período pandémico construtivamente. Uma vez que o presente estudo não permite inferir relações causais, mas sim bidirecionais, poderia ser interessante pensar também que o CDPP do ator e do parceiro são suscetíveis de interferir com o *stress* conjugal do ator, podendo a experiência de um baixo CDPP contribuir para um *stress* conjugal mais elevado. O efeito particular encontrado da dimensão do evitamento (e não da ansiedade) no CDPP do parceiro já havia sido identificado num efeito direto do modelo APIMeM, mas a conjugação com o *stress* parece tornar-se especialmente problemática para o funcionamento conjugal. De facto, as situações geradoras de *stress* tendem a ativar o sistema de vinculação (Bowlby, 1969). Essas situações podem abarcar o domínio relacional e evocar as preocupações, medos e necessidades associadas aos modelos internos dinâmicos, assim como as estratégias de hiperativação e desativação (Mikulincer & Shaver, 2016), que podem ter um efeito nefasto sobre a forma como o próprio indivíduo percebe o parceiro e sobre a forma como o parceiro o percebe (Simpson & Rholes, 2012). Os indivíduos mais evitantes e que estão sob maiores níveis de *stress* podem ter dificuldades acrescidas em perceber os parceiros como portos seguros (Fraley, 2002). As suas expectativas de que o outro não vai ser responsivo propiciam uma análise das respostas de apoio do parceiro, através de uma lente mais negativa (Simpson & Rholes, 2012). As próprias estratégias a que recorrem em momentos de necessidade (desativação) reforçam esta percepção negativa, havendo uma tendência para não procurarem assistência junto dos parceiros e para manterem o distanciamento emocional (Simpson & Rholes, 2012), possibilitando a manutenção de um sentido de autossuficiência e controlo pessoal (Mikulincer & Shaver, 2016). Os companheiros dos indivíduos mais evitantes têm também de se confrontar com o seu distanciamento e supressão emocional, que reduzem a intimidade e criam interações mais negativas, podendo acabar por ser menos responsivos (Pietromonaco & Overall, 2020). Os mais evitantes tendem a ser percebidos como menos apoiantes pelos parceiros devido à sua dificuldade em compreender os sentimentos dos companheiros e por tenderem a evitar os parceiros quando os sentem stressados, pelo seu desconforto com expressões de vulnerabilidade (Shaver & Mikulincer, 2002). De acordo com Bartholomew (1990),

atendendo aos modelos internos dinâmicos, os indivíduos evitantes podem ser considerados desinvestidos (visão negativa face às figuras de vinculação e visão positiva de si próprio) e amedrontados (visão negativa face às figuras de vinculação e visão negativa de si próprio). Os mais amedrontados, assim como os mais desinvestidos, tendem a pautar-se pelo distanciamento face aos parceiros em momentos de dificuldade. Contudo, contrariamente aos desinvestidos, que negam a sua angústia e necessidade de apoio, os amedrontados continuam a experienciar uma significativa ansiedade e ambivalência e desejam o amor e o apoio dos seus companheiros (Mikulincer & Shaver, 2016). Os amedrontados almejam uma relação emocionalmente próxima, mas têm dificuldade em confiar no outro e em depender dele, temendo as consequências negativas de se apoiarem no outro (Mikulincer & Shaver, 2016). No presente estudo talvez se esteja perante indivíduos evitantes de tipo mais amedrontado, que atribuem uma considerável importância à relação, desejando a proximidade do parceiro e podendo sentir-se ameaçados com uma tensão acrescida na relação conjugal. Tal *stress* conjugal pode não ser suprimido de forma tão bem-sucedida como nos mais desinvestidos e resultar numa grande ativação interna. Este *stress* pode tornar salientes as inseguranças do próprio face à possibilidade de ser amado e cuidado, bem como as expectativas negativas face ao outro, enquanto cuidador, impactando negativamente a perceção face ao apoio recebido pelo outro. Ao mesmo tempo, o evitamento da proximidade e da intimidade que são postos em marcha, podem levar o outro a percecioná-lo também como menos apoiante. Vowels e Carnelley (2021) constataram que o evitamento poderia ser uma vulnerabilidade-chave em pandemia, pelas associações negativas com um menor apoio percecionado (o que não se verificou com a ansiedade). Contudo, o estudo de Vowels e Carnelley (2021) não é diádico e apenas abarca a variável do *stress* indiretamente, por ter sido realizado num período potencialmente adverso (pandemia COVID-19). Overall et al. (2021) avaliaram os efeitos da interação entre a ansiedade/evitamento e o *stress* externo sobre os problemas relacionais antes e durante a quarentena (COVID-19). Apenas registaram efeitos negativos significativos da interação que continha a dimensão da ansiedade, embora o evitamento, quando não combinado o *stress*, tivesse predito menor eficácia na resolução de problemas. De notar que os dois estudos salientados utilizaram amostras com características relativamente distintas da amostra do presente estudo, sendo compostas unicamente por indivíduos casados ou a coabitar (Vowels & Carnelley, 2021) e por casais com filhos em situação de coabitação (Overall et al., 2021). No entanto, ambos sublinham os efeitos negativos que a vinculação insegura pode ter nas dinâmicas conjugais em período pandémico. No presente estudo, à semelhança de Vowels e Carnelley (2021) foi a dimensão

do evitamento que ganhou um maior destaque enquanto dimensão de vulnerabilidade, embora fosse expectável que a ansiedade tivesse um efeito similar. Era esperado que um maior *stress* conjugal ativasse, de modo proeminente, o sistema de vinculação dos mais ansiosos, podendo evocar os seus medos de rejeição e abandono e levando a uma hipervigilância face aos comportamentos do parceiro, que poderiam ser interpretados negativamente. As suas estratégias de hiperativação também poderiam levar a que tivessem menos capacidade para ajudar o outro, ao estarem muito focados no seu próprio *stress* (McLeod et al., 2019), contribuindo para que fossem negativamente percebidos pelos parceiros. Provavelmente, no presente estudo a interação entre ansiedade e *stress* não teve efeitos significativos sobre o CDPP do próprio e do parceiro, uma vez que a ansiedade tende a levar a resultados mais inconsistentes, pela própria ambivalência dos modelos internos dinâmicos dos mais ansiosos e pela imprevisibilidade das suas respostas de apoio em momentos de *stress* (Simpson et al., 2002). Uma explicação alternativa poderia estar relacionada com a própria natureza do *stress* conjugal. Atendendo a que no presente estudo se procurou avaliar um *stress* conjugal global, não é possível aceder às situações particulares que possam caracterizar esse *stress* e cada indivíduo pode ter uma perspetiva diferente do que é para si uma relação fonte de *stress*. O *stress* conjugal do próprio pode advir, inclusivamente, de todo o desgaste decorrente da situação pandémica (e.g., medo do contágio, isolamento social, separação face ao parceiro/convivência permanente, interrupção de atividades de lazer no exterior, dificuldades financeiras). A discussão destas temáticas difíceis pode ocupar muito espaço na relação, dificultando o envolvimento em dinâmicas conjugais mais positivas e prejudicando a responsividade entre parceiros. A tensão que surge na relação, se for enquadrada como compreensível dada a situação pandémica, pode não despoletar os maiores receios de não ser amado e de poder ser abandonado dos mais ansiosos e não interferir na perceção que o próprio indivíduo mais ansioso tem face ao parceiro. Adicionalmente, os indivíduos mais ansiosos podem estar mais confortáveis com as manifestações de vulnerabilidade que possam existir por parte do parceiro e incrementar a proximidade emocional para procurar apoio na gestão do seu próprio *stress*. Tal cenário pode fomentar uma experiência conjunta de atravessar o *stress* que a crise pandémica impôs à relação. Por outro lado, as dinâmicas conjugais que podem ser geradas pelo *stress* conjugal podem potenciar conversas em torno da relação e do que ambos os parceiros estão a sentir, que podem exigir um nível de intimidade que se revele ameaçador para os indivíduos mais evitantes. Ao qual se pode adicionar a possível experiência de ver o parceiro sob *stress* e de este solicitar os seus cuidados. Tais interações podem ter promovido o afastamento dos mais

evitantes e gerado um ciclo vicioso em que as estratégias de desativação e as leituras mais negativas em relação ao outro (dos mais evitantes) tenham potenciado que os próprios tenham sentido um menor apoio e que os seus parceiros também se tenham sentido menos amparados.

Para além dos resultados associados às hipóteses delineadas, análises suplementares possibilitaram a obtenção de resultados cuja análise se revela pertinente. O Teste *t* de *Student* para amostras emparelhadas indicou a existência de diferenças estatisticamente significativas ao nível da ansiedade e evitamento, sendo a ansiedade superior nas mulheres e o evitamento nos homens. Estas diferenças são encontradas noutros estudos, tal como concluído na meta-análise de Del Giudice (2011), e podem refletir diferenças ao nível dos papéis de género, sendo as mulheres mais socializadas para uma orientação para a relação e para a expressão emocional e os homens mais socializados para uma orientação para a independência e para a supressão emocional (Li & Chan, 2012). No entanto, estas diferenças que se verificam ao nível das pontuações na ansiedade e evitamento tendem a ser diminutas e raramente se verificam quando se está a predizer *outcomes* relacionais (Candel & Turliuc, 2019; Cassidy & Shaver, 2016), tal como verificado no presente estudo. De facto, o refinamento dos modelos APIM, através da comparação de trajetórias dos homens e das mulheres, apontou para a equivalência das mesmas. Cada vez mais, diversos autores se mostram críticos em relação à visão de que homens e mulheres pensam e agem de modo substancialmente diferente nos seus relacionamentos íntimos, advogando que, em muitos casos na literatura, as diferenças entre ambos foram sobrestimadas e as semelhanças foram subestimadas (Burlison, 2003; Foels & Tomcho, 2005). Talvez se esteja a caminhar para relações mais igualitárias e talvez as necessidades de homens e mulheres nas relações não sejam muito diferentes, mas este resultado, à semelhança dos restantes, tem de ser olhado com cautela, visto que a amostra do presente tem características muito particulares, que podem não ser generalizáveis a outras amostras.

Conclusões

O presente estudo contribui para o alargamento do conhecimento científico no domínio das relações românticas, através da análise das associações entre vinculação romântica e qualidade da relação, testando o papel mediador do *coping* diádico positivo do

parceiro (CDPP) nessa associação, num primeiro momento e, num segundo momento, conferindo um olhar mais microscópico e inovador sobre a relação entre vinculação e CDPP, avaliando o papel moderador do *stress* conjugal pandémico. Neste sentido, o estudo lança importantes pistas sobre o funcionamento conjugal num período de ameaça global, suscetível de afetar o casal e os seus processos diádicos a múltiplos níveis. Realça também a importância de se associar variáveis relativas a dinâmicas de apoio nos casais, como o *coping* diádico (CD), com variáveis finais que possuam um valor adaptativo, como a qualidade da relação, para melhor compreender se serão benéficas ou prejudiciais para a díade. Enfatiza também a importância de incluir os níveis de *stress* percebido, enquanto variável moderadora, em estudos que contemplem a vinculação e o CD, visto que em muitos estudos se assume que o contexto é uma fonte de *stress* sem efetivamente medir o *stress* percebido (McLeod et al., 2019; Vowels & Carnelley, 2021). O estudo desta articulação entre variáveis nunca antes testada, a utilização de modelos teóricos centrais na investigação com casais e a implementação de uma abordagem diádica, que permite estimar efeitos de ator e de parceiro, constituem potencialidades do estudo. Este conjunto de fatores, agregado a procedimentos estatísticos sofisticados que possibilitam análises mais refinadas, vem providenciar um nível de compreensão mais profundo face a estas ligações complexas, mostrando que características dos casais podem conferir dificuldades adicionais para a relação, em tempos de COVID-19. Apesar dos seus pontos fortes, o estudo realizado apresenta limitações. Em primeiro lugar, o uso de um *design* transversal não permite que sejam retiradas conclusões ao nível das relações de causalidade entre as variáveis, pelo que se torna importante desenvolver estudos longitudinais. Em segundo lugar, a amostra utilizada foi recolhida por conveniência e constituída exclusivamente por casais heterossexuais, na sua maioria indivíduos com elevada escolaridade e qualidade da relação, baixos níveis de *stress* conjugal, de ansiedade e evitamento e que não se encontravam a coabitar com o parceiro. Assim, os resultados obtidos podem não ser generalizáveis a outras amostras. Seria relevante desenvolver estudos futuros com casais com vulnerabilidades contextuais preexistentes (Pietromonaco & Overall, 2020), que podem sofrer um impacto exacerbado dos efeitos negativos pandémicos. Pode revelar-se também pertinente comparar grupos de casais em situação de coabitação e não coabitação, pelos diferentes desafios a que estão sujeitos. A terceira limitação do estudo reside na utilização de medidas de autorrelato, o que pode possibilitar um viés de deseabilidade social. A quarta limitação está associada à medida de *stress* conjugal pandémico, pois apesar de relevante e inovadora por se procurar aceder a um *stress* em período de pandemia, não permite destrinçar se a principal ou única

razão para a relação ser uma fonte de *stress* foi, de facto, a pandemia. Estudos futuros poderiam desenvolver escalas que permitissem uma análise mais fina deste tipo de *stress* e poderia ser também pertinente desenvolver medidas de *stress* pandémico, a partir da avaliação do impacto da COVID-19 em várias dimensões da vida.

No que diz respeito a implicações para a prática clínica, o presente estudo enfatiza a necessidade de aceder à interação entre dimensões de vinculação, CDPP e percepção do *stress* conjugal de ambos os parceiros românticos, o que resulta em múltiplas possibilidades de intervenção para promover a qualidade da relação. Neste âmbito, será importante aceder às dimensões da vinculação de ambos os parceiros, tomando consciência das suas implicações para o funcionamento conjugal. Contudo, tendo em consideração a relativa estabilidade da vinculação será relevante encontrar caminhos de intervenção adicionais e as dinâmicas de *coping* podem constituir um desses mecanismos de atuação, nomeadamente a forma como os indivíduos percebem o apoio providenciado pelos parceiros. Compreender o modo como a relação constitui uma fonte de *stress*, ajudar os casais a identificar gatilhos para o seu *stress* e a alterar ciclos de interação mais disfuncionais que estejam a potenciá-lo, pode também ter um efeito terapêutico importante. Assim, identificar os fatores de vulnerabilidade nos casais, em período pandémico, e intervir sobre os mesmos, torna-se imprescindível para promover a resiliência conjugal e, assim, contribuir para a saúde física e psicológica da população em tempos de adversidade. Entender a forma como o período de pandemia e os stressores que lhe estão associados podem refletir-se no funcionamento conjugal pode ser útil para atuar a nível do contexto, impulsionando políticas públicas que proporcionem aos casais um ambiente mais favorável e promotor de processos diádicos adaptativos.

Referências

- Ainsworth, M. D. S. (1991). Attachment and other affectional bonds across the life cycle. In C. M. Parkes, J. Stevenson-Hinde, & P. Marris (Eds.), *Attachment across the life cycle* (pp. 33-51). Routledge.
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. N. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Psychology Press.
- Alves, S., Milek, A., Bodenmann, G., Fonseca, A., Canavarro, M. C., & Pereira, M. (2019). Romantic attachment, dyadic coping, and parental adjustment across the transition to parenthood. *Personal Relationships, 26*(2), 286-309.
- Balzarini, R. N., Muise, A., Zoppolat, G., Di Bartolomeo, A., Rodrigues, D. L., Alonso-Ferres, M., Urganci, B., Debrot, A., Pichayayothin, N. B., Dharma, C., Chi, P., Karremans, J., Schoebi, D., & Slatcher, R. B. (2020). Love in the time of covid: perceived partner responsiveness buffers people from lower relationship quality associated with covid-related stressors *PsyArXiv*, 1-35. <http://dx.doi.org/10.31234/osf.io/e3fh4>
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal relationships, 7*(2), 147-178. <https://doi.org/10.1177/0265407590072001>
- Bodenmann, G. (1997). Dyadic coping: A systematic-transactional view of stress and coping among couples. *European Review of Applied Psychology, 47*, 137-140.
- Bodenmann, G. (2005). Dyadic coping and its significance for marital functioning. In T. A. Reverson, K. Kayser, & G. Bodenmann (Eds.), *Couples coping with stress: Emerging perspectives on dyadic coping* (pp. 33-50). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1080/15332690802368451>
- Bodenmann, G. (2008). *Dyadisches Coping Inventar (DCI)*. Testmanual [Dyadic Coping Inventory (DCI). Test manual]. Huber.
- Bodenmann, G., Meuwly, N., Bradbury, T. N., Gmelch, S., & Ledermann, T. (2010). Stress, anger, and verbal aggression in intimate relationships: Moderating effects of individual and dyadic coping. *Journal of Social and Personal Relationships, 27*(3), 408-424. <https://doi.org/10.1177/0265407510361616>
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss*. Basic Books.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachments and healthy human development*. Basic Books.

- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson & W.S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46–76). Guilford Press.
- Brooks, S., K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, J. R. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395(10227), 912-920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Burleson, B. R. (2003). The experience and effects of emotional support: What the study of cultural and gender differences can tell us about close relationships, emotion, and interpersonal communication. *Personal Relationships*, 10(1), 1-23. <https://doi.org/10.1111/1475-6811.00033>
- Campbell, L., Simpson, J. A., Kashy, D. A., & Rholes, W. S. (2001). Attachment orientations, dependence, and behavior in a stressful situation: An application of the Actor-Partner Interdependence Model. *Journal of Social and Personal Relationships*, 18(6), 821-843. <https://doi.org/10.1177/0265407501186005>
- Candel, O. S., & Turliuc, M. N. (2019). Insecure attachment and relationship satisfaction: A meta-analysis of actor and partner associations. *Personality and Individual Differences*, 147, 190-199. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.04.037>
- Cassidy, J., & Shaver, P. R. (2016). *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*. (3rded). Guilford Press.
- Collins, N. L., & Feeney, B. C. (2000). A safe haven: An attachment theory perspective on support seeking and caregiving in intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(6), 1053–1073. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.78.6.1053>
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(4), 644–663. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.4.644>
- Cook, W. L., & Kenny, D. A. (2005). The actor-partner interdependence model: A model of bidirectional effects in developmental studies. *International Journal of Behavioral Development*, 29(2), 101–109. <https://doi.org/10.1080/01650250444000405>
- Coyne, J. C., & DeLongis, A. (1986). Going beyond social support: The role of social relationships in adaptation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 54(4), 454–460. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.54.4.454>
- Crowell, J. A., Treboux, D., Gao, Y., Fyffe, C., Pan, H., & Waters, E. (2002). Assessing secure base behavior in adulthood: Development of a measure, links to adult attachment

- representations and relations to couples' communication and reports of relationships. *Developmental Psychology*, 38(5), 679–693. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.38.5.679>
- Decreto-Lei n.º 14-A/2020 de 18 de março. Diário da República n.º 55/2020 – I Série. Presidência da República. <https://data.dre.pt/eli/decpresrep/14-A/2020/03/18/p/dre>
- Decreto-Lei n.º 3-A/2021 de 14 de janeiro. Diário da República n.º 9/2021 – I Série. Presidência do Conselho de Ministros. <https://data.dre.pt/eli/dec/3-A/2021/01/14/p/dre>
- Decreto-Lei n.º 50-A/2021 de 13 de março. Diário da República n.º 4/2021 – I Série. Presidência do Conselho de Ministros. <https://data.dre.pt/eli/dec/4/2021/03/13/p/dre>
- Del Giudice, M. (2011). Sex differences in romantic attachment: A meta-analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 37(2), 193-214. <https://doi.org/10.1177/0146167210392789>.
- Donato, S., Parise, M., Pagani, A. F., Lanz, M., Regalia, C., Rosnati, R., & Iafrate, R. (2021). Together against COVID-19 concerns: The role of the dyadic coping process for partners' psychological well-being during the pandemic. *Frontiers in Psychology*, 11, 3681. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.578395>
- Falconier, M. K., & Kuhn, R. (2019). Dyadic coping in couples: A conceptual integration and a review of the empirical literature. *Frontiers in Psychology*, 10, 571. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00571>
- Falconier, M. K., Jackson, J. B., Hilpert, P., & Bodenmann, G. (2015a). Dyadic coping and relationship satisfaction: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 42, 28-46. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2015.07.002>
- Falconier, M. K., Nussbeck, F., Bodenmann, G., Schneider, H., & Bradbury, T. (2015b). Stress from daily hassles in couples: Its effects on intradyadic stress, relationship satisfaction, and physical and psychological well-being. *Journal of marital and family therapy*, 41(2), 221-235. <https://doi.org/10.1111/jmft.12073>
- Falconier, M. K., Randall, A. K., & Bodenmann, G. (Eds.). (2016). *Couples coping with stress: A cross-cultural perspective*. Routledge.
- Feeney, B. C., & Collins, N. L. (2001). Predictors of caregiving in adult intimate relationships: An attachment theoretical perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80(6), 972–994. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.80.6.972>
- Feeney, J. A., & Fitzgerald, J. (2021). Autonomy-connection tensions, stress and attachment: the case of COVID-19. *Current Opinion in Psychology*, 43, 18-23. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.05.004>.

- Foels, R., & Tomcho, T. J. (2005). Gender, interdependent self-construals, and collective self-esteem: Women and men are mostly the same. *Self and Identity*, 4(3), 213-225. <https://doi.org/10.1080/1357650044400028>
- Fraley, R. C. (2002). Attachment stability from infancy to adulthood: Meta-analysis and dynamic modeling of developmental mechanisms. *Personality and Social Psychology Review*, 6(2), 123–151. https://doi.org/10.1207/51532797PSPR0602_03.
- Fuenfhausen, K. K., & Cashwell, C. S. (2013). Attachment, stress, dyadic coping, and marital satisfaction of counseling graduate students. *The Family Journal*, 21(4), 364–370. <https://doi.org/10.1177/1066480713488523>
- González-Sanguino, C., Ausín, B., Castellanos, M. Á., Saiz, J., López-Gómez, A., Ugidos, C., & Muñoz, M. (2020). Mental health consequences during the initial stage of the 2020 Coronavirus pandemic (COVID-19) in Spain. *Brain, behavior, and immunity*, 87, 172-176. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.05.040>
- Guerrero, L. K., Farinelli, L., & McEwan, B. (2009). Attachment and relational satisfaction: The mediating effect of emotional communication. *Communication Monographs*, 76(4), 487–514. <https://doi.org/10.1080/03637750903300254>
- Holzappel, J., Randall, A. K., Tao, C., & Iida, M. (2018). Intercultural couples' internal stress, relationship satisfaction, and dyadic coping. *Interpersona: An International Journal on Personal Relationships*, 12(2), 145–163. <https://doi.org/10.5964/ijpr.v12i2.302>
- Jones, H. E., Yoon, D. B., Theiss, J. A., Austin, J. T., Lee, L. E. (2021). Assessing the effects of COVID-19 on romantic relationships and the coping strategies partners use to manage the stress of a pandemic. *Journal of Family Communication*, 21, 1–15. <https://doi.org/10.1080/15267431.2021.1927040>
- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, methods, and research. *Psychological Bulletin*, 118(1), 3–34. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.118.1.3>
- Keelan, J. P. R., Dion, K. K., & Dion, K. L. (1998). Attachment style and relationship satisfaction: Test of a self-disclosure explanation. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*, 30(2), 146. <https://doi.org/10.1037/h0092527>
- Kenny, D. A., Kashy, D. A., & Cook. (2006). *Dyadic data analysis*. Guilford Press.
- Kline, R. (2005). *Principles and practice of structural equation modeling*. Guilford Press. <https://doi.org/10.1177/1049731509336986>
- Lafontaine, M. F., Péloquin, K., Levesque, C., Azzi, S., Daigle, M. P., & Brassard, A. (2019). Beyond the simple association between romantic attachment insecurity and dyadic coping:

- An examination of romantic perfectionism as a mediator. *Journal of Relationships Research*, 10, e12. <https://doi.org/10.1017/jrr.2019.6>
- Levesque C., & Lafontaine M.-F., & Bureau J.-F. (2017). The mediating effects of emotion regulation and dyadic coping on the relationship between romantic attachment and non-suicidal self-injury. *Journal of Youth and Adolescence*, 46, 277–287. [https://doi: 10.1007/s10964-016-0547-6](https://doi.org/10.1007/s10964-016-0547-6)
- Li, T., & Chan, D. K. S. (2012). How anxious and avoidant attachment affect romantic relationship quality differently: A meta-analytic review. *European journal of social psychology*, 42(4), 406-419. <https://doi.org/10.1002/ejsp.1842>
- Madey, S. F., & Rodgers, L. (2009). The effect of attachment and Sternberg's Triangular Theory of Love on relationship satisfaction. *Individual Differences Research*, 7(2), 76–84.
- Marôco, J., (2021). *Análise de equações estruturais: Fundamentos teóricos, software e aplicações*. Report Number.
- Matias, M & Ferreira, T. (2019). Tradução do instrumento de avaliação da qualidade da relação – Quality of Marriage Index de Norton, 1983. Versão não publicada.
- Matos, P. M., & Costa, M. E. (1996). Vinculação e processos desenvolvimentais nos jovens e adultos. *Cadernos de Consulta Psicológica*, 45-54.
- McLeod, S., Berry, K., Hodgson, C., & Wearden, A. (2019). Attachment and social support in romantic dyads: A systematic review. *Journal of clinical psychology*, 76(1), 59-101. [https://doi: 10.1002/jclp.22868](https://doi.org/10.1002/jclp.22868)
- Meuwly, N., Bodenmann, G., Germann, J., Bradbury, T. N., Ditzen, B., & Heinrichs, M. (2012). Dyadic coping, insecure attachment, and cortisol stress recovery following experimentally induced stress. *Journal of Family Psychology*, 26(6), 937–947. <https://doi.org/10.1037/a0030356>
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2003). The attachment behavioral system in adulthood: Activation, psychodynamics, and interpersonal processes. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in Experimental Social Psychology* (pp. 53–152). Elsevier Academic Press. [https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(03\)01002-5](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(03)01002-5)
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2016). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. (2^aed). Guilford Press
- Molero, F., Shaver, P. R., Fernández, I., Alonso-Arbiol, I., & Recio, P. (2016). Long-term partners' relationship satisfaction and their perceptions of each other's attachment insecurities. *Personal Relationships*, 23(1), 159–171. <https://doi.org/10.1111/per.12117>

- Neff, L. A., & Karney, B. R. (2004). How does context affect intimate relationships? Linking external stress and cognitive processes within marriage. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30(2), 134-148. <https://doi.org/10.1177/0146167203255984>
- Norton, R. (1983). Measuring marital quality: A critical look at the dependent variable. *Journal of Marriage and the Family*, 45(1), 141–151. <https://doi.org/10.2307/351302>
- Oliveira, J. M., & Costa, M. E. (2007). Experiences in close relationships – ECR. Portuguese Version. Unpublished manuscript. Faculty of Psychology and Educational Sciences. University of Porto.
- Organização Mundial de Saúde (OMS) (2020) Coronavirus disease (COVID-19) advice for the public. <https://www.who.int/emergencies/diseases/novelcoronavirus-2019/advice-for-public>
- Overall, N. C., Chang, V. T., Pietromonaco, P. R., Low, R. S., & Henderson, A. M. (2021). Partners' attachment insecurity and stress predict poorer relationship functioning during COVID-19 quarantines. *Social Psychological and Personality Science*, 1-14. <https://doi.org/10.1177/1948550621992973>
- Papp, L. M., & Witt, N. L. (2010). Romantic partners' individual coping strategies and dyadic coping: Implications for relationship functioning. *Journal of Family Psychology*, 24(5), 551–559. <https://doi.org/10.1037/a0020836>
- Paulino, M. & Dumas-Diniz (2020). *A psicologia da pandemia: Compreender e enfrentar a COVID-19*. Pactor.
- Paulino, M., Dumas-Diniz, R., Brissos, S., Brites, R., Alho, L., Simões, M. R., & Silva, C. F. (2021). COVID-19 in Portugal: Exploring the immediate psychological impact on the general population. *Psychology, Health & Medicine*, 26(1), 44-55. <https://doi.org/10.1080/13548506.2020.1808236>.
- Peters, B. J., Overall, N. C., Girme, Y. U., & Jamieson, J. P. (2019). Partners' attachment insecurity predicts greater physiological threat in anticipation of attachment-relevant interactions. *Journal of Social and Personal Relationships*, 36(2), 469-489. <https://doi.org/10.1177/0265407517734655>
- Pietromonaco, P. R., & Collins, N. L. (2017). Interpersonal mechanisms linking close relationships to health. *American Psychologist*, 72(6), 531–542. <https://doi.org/10.1037/amp0000129>
- Pietromonaco, P. R., & Overall, N. C. (2021). Applying relationship science to evaluate how the COVID-19 pandemic may impact couples' relationships. *American Psychologist*, 76(3), 438–450. <https://doi.org/10.1037/amp0000714>

- Randall, A. K., & Bodenmann, G. (2009). The role of stress on close relationships and marital satisfaction. *Clinical psychology review*, 29(2), 105-115. [https://doi: 10.1016/j.cpr.2008.10.004](https://doi.org/10.1016/j.cpr.2008.10.004).
- Relvas, A. P., Portugal, A., Major, S., Sotero, L. (2020). Resultados preliminares sobre impacto psicossocial da COVID-19 em Portugal. Centro de Estudos Sociais, Universidade de Coimbra. https://www.ces.uc.pt/ficheiros2/files/RELATORIO_Resultados%20Preliminares%20sobre%20Impacto%20Psicossocial%20da%20COVID-19%20em%20Portugal.pdf
- Rusu, P. P., Nussbeck, F. W., Leuchtmann, L., & Bodenmann, G. (2020). Stress, dyadic coping, and relationship satisfaction: A longitudinal study disentangling timely stable from yearly fluctuations. *PloS ONE*, 15(4). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0231133>
- Schmitt, D. P. (2002). Personality, attachment and sexuality related to dating relationship outcomes: Contrasting three perspectives on personal attribute interaction. *British Journal of Social Psychology*, 41(4), 589–610. <https://doi.org/10.1348/014466602321149894>
- Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2002). Attachment-related psychodynamics. *Attachment & Human Development*, 4(2), 133–161. <https://doi.org/10.1080/14616730210154171>
- Simpson, J. A. (1990). Influence of attachment styles on romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(5), 971–980. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.59.5.971>
- Simpson, J. A., & Rholes, W. S. (2012). Adult attachment orientations, stress, and romantic relationships. In P. Devine & A. Plant (Eds.), *Advances in experimental social psychology*, 45, (pp. 279–328). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-394286-9.00006-8>
- Simpson, J. A., Rholes, W. S., Oriña, M. M., & Grich, J. (2002). Working models of attachment, support giving, and support seeking in a stressful situation. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28(5), 598–608. <https://doi.org/10.1177/0146167202288004>
- Stanton, R., To, Q. G., Khalesi, S., Williams, S. L., Alley, S. J., Thwaite, T. L., Fenning, A. S., & Vandelanotte, C. (2020). Depression, anxiety and stress during COVID-19: Associations with changes in physical activity, sleep, tobacco and alcohol use in australian adults. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(11), 4065. <https://doi.org/10.3390/ijerph17114065>
- Story, L. B., & Bradbury, T. N. (2004). Understanding marriage and stress: Essential questions and challenges. *Clinical Psychology Review*, 23(8), 1139–1162. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2003.10.002>
- Tabachnick, B. G., Fidell, L. S., & Ullman, J. B. (2018). *Using multivariate statistics* (5th ed.). Pearson.

- Trzebiński, J., Cabański, M., & Czarnecka, J. Z. (2020). Reaction to the COVID-19 pandemic: The influence of meaning in life, life satisfaction, and assumptions on world orderliness and positivity. *Journal of Loss and Trauma*, 25 (6-7), 544-557. <https://doi.org/10.1080/15325024.2020.1765098>
- Vedes, A., Nussbeck, F. W., Bodenmann, G., Lind, W., & Ferreira, A. (2013). Psychometric properties and validity of the Dyadic Coping Inventory in Portuguese. *Swiss Journal of Psychology*, 72(3), 149–157. <https://doi.org/10.1024/1421-0185/a000108>
- Vowels, L. M., & Carnelley, K. B. (2021). Attachment styles, negotiation of goal conflict, and perceived partner support during COVID-19. *Personality and Individual Differences*, 1-6. <https://doi.org/10.31234/osf.io/p529w>
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S., & Ho, R. C. (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *International journal of environmental research and public health*, 17(5), 1729. [https://doi: 10.3390/ijerph17051729](https://doi:10.3390/ijerph17051729).
- Waters, E., & Cummings, E. M. (2000). A secure base from which to explore close relationships. *Child development*, 71(1), 164-172. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00130>
- Wei, M., Russell, D. W., Mallinckrodt, B., & Vogel, D. L. (2007). The Experiences in Close Relationship Scale (ECR)-short form: Reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, 88(2), 187–204. <https://doi.org/10.1080/00223890701268041>
- Wollny, A., Jacobs, I., & Pabel, L. (2020). Trait emotional intelligence and relationship satisfaction: the mediating role of dyadic coping. *The Journal of psychology*, 154(1), 75-93. <https://doi.org/10.1080/00223980.2019.1661343>

Anexos

Tabela 1

Caracterização da Amostra em Variáveis relacionadas com a Situação Pandémica

	H (%)	M (%)
Situação Profissional Atual		
Empregado com exercício ativo no local de trabalho	34.4	23
Empregado em regime de teletrabalho	20.5	22
Empregado em regime de <i>layoff</i>	2.5	---
Estudante	32.8	65
Trabalhador-estudante	9	3.3
Desempregado	6.6	5.7
Licença de Parentalidade	0.8	2.6
Baixa Médica	---	0.8
Alteração da Situação Profissional com a Pandemia		
Sim	31.1	18.9
Não	68.9	81.1
Situação Profissional antes da Pandemia (para quem relatou alterações)		
Empregado com exercício ativo no local de trabalho	18.9	11.5
Empregado em regime de teletrabalho	---	0.8
Estudante	7.4	5.7
Trabalhador-estudante	2.5	4.1
Desempregado	1.6	0.8
Outra	3.2	0.8
Situação Financeira		
Melhorou com a Pandemia	13.1	12.3
Piorou com a Pandemia	17,2	22.1
Não houve alterações	69.7	65.6
Satisfação com a Situação Financeira Atual		
1- Nada Satisfeito	1.6	2.5
2	16.4	14.8
3- Satisfeito	50.8	41.8
4	22.1	32
5- Muito Satisfeito	9.0	9
Situação de Isolamento Profilático no Presente		
Sim	2.5	2.5
Infeção Presente ou Passada (COVID-19)		
Sim	7.9	6.6
Pertença a grupo de risco (COVID-19)		
Sim	5.7	9
Impacto da COVID-19 na Qualidade de Vida		
Afetou positivamente	13.1	12.3
Não afetou	21.3	9
Afetou negativamente	65.5	78.8

Nota. H = Homem. M = Mulher.

Tabela 2*Correlações de Pearson de Ator entre as Variáveis em Estudo*

	Ansiedade	Evitamento	Stress Conjugal Pandémico	CDPP	Qualidade da Relação
Ansiedade	---	.302**	.439**	-.332**	-.370**
Evitamento	.374**	---	.450**	-.547**	-.504**
Stress Conjugal Pandémico	.378**	.422**	---	-.507**	-.552**
CDPP	-.496**	-.687**	-.511**	---	.623**
Qualidade da Relação	-.423**	-.582**	-.465**	.649**	---

Nota. Os coeficientes da mulher estão na parte de cima da diagonal; os coeficientes do homem estão na parte de baixo da diagonal. * $p < .05$. ** $p < .01$.

Tabela 3*Correlações de Pearson de Parceiro entre as Variáveis em Estudo*

	Ansiedade (M)	Evitamento (M)	Stress Conjugal Pandémico (M)	CDPP (M)	Qualidade da Relação (M)
Ansiedade (H)	.233**	.329**	.252**	-.304**	-.362**
Evitamento (H)	.187*	.268**	.265**	-.372**	-.434**
Stress Conjugal Pandémico (H)	.253**	.236**	.394**	-.396**	-.442**
CDPP (H)	-.275**	-.310**	-.358**	.455**	.437**

Qualidade da Relação (H)	-.190*	-.295**	-.340**	.409**	.662**
-----------------------------	--------	---------	---------	--------	---------------

Nota. As células a negrito representam correlações entre as mesmas variáveis dos homens e das mulheres. H = Homem. M = Mulher. * $p < .05$. ** $p < .01$.

Tabela 4

Médias, Desvios-Padrão, Resultados do Teste t de Student para Amostras Emparelhadas e Magnitude do Efeito

Variáveis	Média		Desvio-Padrão		Test t para Amostras Emparelhadas			Magnitude do Efeito
	H	M	H	M	t	df	p	d
Ansiedade	2.19	2.50	1.10	1.15	-2.47	121	.015	1.39
Evitamento	1.91	1.54	1.00	.75	3.88	121	< .001	1.07
Stress Conjugal Pandémico	1.89	1.92	.77	.83	-.41	121	.684	.89
CDPP	4.18	4.23	.60	.55	-.97	121	.332	.60
Qualidade da Relação	6.97	7.01	.86	.73	-.66	121	.512	.67

Nota. As células a negrito representam valores estatisticamente significativos ($p < .05$). H = Homem. M = Mulher