

Universidades Lusíada

Oliveira, Joana Filipa Ventura, 2002-

A influência do suporte familiar e social nos relacionamentos abusivos

<http://hdl.handle.net/11067/8294>

Metadados

Data de Publicação

2025

Resumo

A experiência de um relacionamento conjugal abusivo é uma realidade muito presente na atualidade, em particular, a que é perpetuada pelo homem em relação à mulher. O presente trabalho afigura-se pertinente tendo em conta a necessidade de produção de conhecimento sobre o fenómeno da violência doméstica. Este estudo destaca-se pela particularidade de procurar conhecer a influência direta do suporte familiar e social, dentro dos vários fatores que influenciam este fenómeno tão complexo. Este estudo...

The experience of an abusive marital relationship is a very common reality today, particularly when perpetrated by men against women. This study is relevant given the need to generate knowledge about the phenomenon of domestic violence. It stands out for its focus on understanding the direct influence of family and social support among the various factors that influence this complex phenomenon. This quantitative study aims to analyze and understand how the quality of family and social support re...

Palavras Chave

Violência Doméstica - Aspectos Psicológicos, Mulheres - Violência contra, Vítimas de violência doméstica - Psicologia, Violência doméstica - Aspectos sociais

Tipo

masterThesis

Revisão de Pares

Não

Coleções

[ULL-IPCE] Dissertações

Esta página foi gerada automaticamente em 2026-10-29T23:02:59Z com informação proveniente do Repositório



UNIVERSIDADE LUSÍADA

INSTITUTO DE PSICOLOGIA E CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO

Mestrado em Psicologia Clínica

**A influência do suporte familiar e social nos
relacionamentos abusivos**

Realizado por:

Joana Filipa Ventura Oliveira

Orientado por:

Professora Doutora Joana Martins Gonçalves Lopes

Constituição do Júri:

Presidente:	Professora Doutora Túlia Rute Maia Cabrita
Orientadora:	Professora Doutora Joana Martins Gonçalves Lopes
Arguente:	Professor Doutor António Martins Fernandes Rebelo

Dissertação aprovada em: 03 de novembro de 2025

Lisboa

2025



U N I V E R S I D A D E L U S Í A D A

I N S T I T U T O D E P S I C O L O G I A E C I Ê N C I A S D A E D U C A Ç Ã O

Mestrado em Psicologia Clínica

A influência do suporte familiar e social nos relacionamentos abusivos

Joana Filipa Ventura Oliveira

Lisboa

Julho 2025



U N I V E R S I D A D E L U S Í A D A

I N S T I T U T O D E P S I C O L O G I A E C I Ê N C I A S D A E D U C A Ç ã O

Mestrado em Psicologia Clínica

A influência do suporte familiar e social nos relacionamentos abusivos

Joana Filipa Ventura Oliveira

Lisboa

Julho 2025

Joana Filipa Ventura Oliveira

A influência do suporte familiar e social nos relacionamentos abusivos

Dissertação apresentada ao Instituto de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade Lusíada para a obtenção do grau de Mestre em Psicologia Clínica.

Orientadora: Professora Doutora Joana Martins
Gonçalves Lopes

Lisboa

Julho 2025

FICHA TÉCNICA

Autora Joana Filipa Ventura Oliveira
Orientadora Professora Doutora Joana Martins Gonçalves Lopes
Título A influência do suporte familiar e social nos relacionamentos abusivos
Local Lisboa
Ano 2025

CASA DO CONHECIMENTO DA UNIVERSIDADE LUSÍADA - CATALOGAÇÃO NA PUBLICAÇÃO

OLIVEIRA, Joana Filipa Ventura, 2002-

A influência do suporte familiar e social nos relacionamentos abusivos / Joana Filipa Ventura Oliveira ; orientado por Joana Martins Gonçalves Lopes. - Lisboa : [s.n.], 2025. - Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica, Instituto de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade Lusíada.

I - LOPES, Joana Martins Gonçalves, 1984-

LCSH

1. Violência doméstica - Aspectos psicológicos
2. Violência doméstica - Aspectos sociais
3. Mulheres - Violência contra
4. Vítimas de violência doméstica - Psicologia
5. Universidade Lusíada. Instituto de Psicologia e Ciências da Educação - Teses
6. Teses - Portugal - Lisboa

1. Family violence - Psychological aspects
2. Family violence - Social aspects
3. Women - Violence against
4. Victims of family violence - Psychology
5. Universidade Lusíada. Instituto de Psicologia e Ciências da Educação - Dissertations
6. Dissertations, academic - Portugal - Lisbon

LCC

1. RC569.5.F3 O45 2025

AVISO LEGAL

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 Joana Lopes, pelo apoio constante. Um apoio que foi emocional, profissional e essencialmente, humano. Pela disponibilidade e dedicação em todo o processo, que acolheu como sendo seu.

Ao meu pai, por ter tornado possível o caminho até aqui. Pelo pilar indestrutível que tem sido sempre e neste processo não foi diferente. Pelos quilómetros percorridos e todos os pacientes momentos de espera. Pelo ombro que acolheu todas as dúvidas e inseguranças e as transformou em força e resiliência. Pelo carinho e interesse em embarcar neste percurso tanto como eu. Tanto como se fosse dele, porque é. Esta conquista é nossa.

À minha irmã, pelo amor e companheirismo durante todo o percurso. Pela compreensão e carinho que demonstrou nos momentos mais difíceis. Por toda a ajuda que nunca hesitou em dar, a qualquer hora ou momento. Por ser a melhor companheira de vida que poderia ter.

À Tatiana e à Dr^a Sónia, pela força nos momentos mais difíceis e por todo o apoio e preocupação que tiveram comigo. Por acolherem as dúvidas e dificuldades com carinho, sempre com uma perspetiva positiva e encorajadora.

Um especial agradecimento ao Diogo, pela paciência e disponibilidade. Pelo apoio constante em superar qualquer obstáculo e pela amizade genuína.

O meu sentido agradecimento a todos aqueles que, de algum modo, contribuíram para a concretização e o sucesso deste trabalho. Por o tornarem mais enriquecedor.

Sem vocês nada disto teria sido possível.

“A empatia é a ponte que liga corações e mentes, que permite a verdadeira compreensão
e ajuda”

(Daniel Goleman, 1995)

Resumo

A experiência de um relacionamento conjugal abusivo é uma realidade muito presente na atualidade, em particular, a que é perpetuada pelo homem em relação à mulher. O presente trabalho afigura-se pertinente tendo em conta a necessidade de produção de conhecimento sobre o fenómeno da violência doméstica. Este estudo destaca-se pela particularidade de procurar conhecer a influência direta do suporte familiar e social, dentro dos vários fatores que influenciam este fenómeno tão complexo. Este estudo, de natureza quantitativa, tem como objetivo analisar e compreender de que forma a qualidade do suporte familiar e social se relaciona com o envolvimento de mulheres num relacionamento amoroso abusivo. Participaram neste estudo 150 mulheres adultas (50 mulheres que viveram um relacionamento abusivo no passado, 50 mulheres que estão a viver o relacionamento abusivo atualmente e 50 mulheres que nunca viveram um relacionamento abusivo), com idades compreendidas entre os 20 e os 50 anos. Explorou-se a relação entre a qualidade do suporte social e a existência, à data, de um relacionamento abusivo; o nível de dependência emocional de mulheres que já viveram ou ainda vivem um relacionamento abusivo, com mulheres que nunca o experienciaram; e ainda, foram identificadas as fontes de suporte mais valorizadas pelas vítimas no processo de término do relacionamento abusivo, assim como, os fatores que indicam ter sido em parte responsáveis pela manutenção desse relacionamento. O plano metodológico inclui a administração de quatro instrumentos: (1) Questionário sociodemográfico, (2) “Escala de Satisfação com o Suporte Social (ESSS)”, (3) “Questionário de Dependência Emocional” (QDE), e (4) a “Escala de Crenças de Violência Conjugal” (ECVC). Salientar os resultados significativos relativos à comparação entre os três grupos no que diz respeito à dependência emocional e a satisfação com o suporte social. Quando consideradas as variáveis sociodemográficas encontrou-se: (1) uma associação positiva significativa entre o estatuto laboral e a experiência do relacionamento abusivo; (2) uma associação positiva significativa entre a qualidade da relação com os irmãos e a existência do relacionamento abusivo; e ainda, (3) uma associação positiva significativa entre a existência de diagnóstico de doença mental com a experiência do relacionamento abusivo. As

análises de regressão mostraram que quanto maior o suporte social, menor a dependência emocional, e ainda, que quanto maior é a aceitação de crenças de violência conjugal, maior se mostra a dependência emocional. Os resultados realçam a importância de uma abordagem multifatorial no estudo dos relacionamentos íntimos abusivos, com o desenvolvimento de programas de intervenção que incidam sobre estratégias adaptativas para a qualidade do relacionamento familiar e combate à dependência emocional nas mulheres adultas. Sempre que possível, deve ser priorizada uma ação interventiva e antecipada do relacionamento familiar que é desenvolvido e das características emocionais e sociais desde a infância.

Palavras-chave: Relacionamento Abusivo; Suporte Familiar; Dependência Emocional; Mulheres Adultas.

Abstract

The experience of an abusive marital relationship is a very common reality today, particularly when perpetrated by men against women. This study is relevant given the need to generate knowledge about the phenomenon of domestic violence. It stands out for its focus on understanding the direct influence of family and social support among the various factors that influence this complex phenomenon. This quantitative study aims to analyze and understand how the quality of family and social support relates to women's involvement in abusive romantic relationships. A total of 150 adult women participated in this study (50 women who had experienced an abusive relationship in the past, 50 women who are currently experiencing an abusive relationship, and 50 women who have never experienced an abusive relationship), aged between 20 and 50 years. The relationship between the quality of social support and the existence, at the time, of an abusive relationship was explored; the level of emotional dependence of women who have experienced or are still experiencing an abusive relationship, compared to women who have never experienced one; and the sources of support most valued by victims in the process of ending an abusive relationship were identified, as well as the factors that indicate they were partly responsible for maintaining that relationship. The methodological plan included the administration of four instruments: (1) Sociodemographic questionnaire, (2) “Escala de Satisfação com o Suporte Social (ESSS)”, (3) “Questionário de Dependência Emocional” (QDE), and (4) “Escala de Crenças de Violência Conjugal (ECVC)”. Highlight the significant results regarding the comparison between the three groups in terms of emotional dependence and satisfaction with social support. When sociodemographic variables were considered, the following was found: (1) a significant positive association between employment status and experience of abusive relationships; (2) a significant positive association between the quality of the relationship with siblings and the existence of abusive relationships; and (3) a significant positive association between the existence of a mental illness diagnosis and experience of abusive relationships. Regression analyses showed that the greater the social support, the lower the emotional dependence, and also that the greater the acceptance of beliefs

about domestic violence, the greater the emotional dependence. The results highlight the importance of a multifactorial approach in the study of abusive intimate relationships, with the development of intervention programmes that focus on adaptive strategies for the quality of family relationships and combating emotional dependence in adult women. Whenever possible, priority should be given to early intervention in family relationships and emotional and social characteristics developed since childhood.

Keywords: Abusive Relationship; Family Support; Emotional Dependency; Adult Women.

Lista de Tabelas

Tabela 1 Caracterização da amostra	42
Tabela 2 Quantidade de participantes que têm irmãos.....	51
Tabela 3 Caracterização da Qualidade da Relação com os irmãos.....	52
Tabela 4 Relação com os irmãos nos diferentes grupos de participantes.....	53
Tabela 5 Qualidade da Rede de Suporte Familiar.....	54
Tabela 6 A Qualidade da Rede de Suporte Familiar por grupo.....	55
Tabela 7 Fatores que influenciaram o término da relação abusiva.....	58
Tabela 8 Fatores que influenciaram a permanência na relação abusiva.....	59
Tabela 9 Medidas descritivas para a Escala de Satisfação com o Suporte Social.....	60
Tabela 10 Medidas descritivas para a Dependência Emocional.....	61
Tabela 11 Medidas descritivas para a Escala de Crenças de Violência Conjugal.....	62
Tabela 12 Associações entre a satisfação com o suporte social, a dependência emocional e as crenças de violência conjugal.....	63
Tabela 13 Diferenças na percepção do suporte social de acordo com a experiência do relacionamento abusivo.....	66
Tabela 14 Diferenças nos níveis de dependência emocional de acordo com a experiência do relacionamento abusivo.....	67
Tabela 15 Diferenças nas crenças de violência conjugal de acordo com a experiência do relacionamento abusivo.....	67
Tabela 16 Diferenças no estatuto laboral de acordo com a experiência do relacionamento abusivo.....	68
Tabela 17 Tabela cruzada para o estatuto laboral de acordo com a experiência do relacionamento abusivo.....	69
Tabela 18 Diferenças nos níveis de satisfação com o suporte social e dependência emocional face ao estatuto laboral.....	69

Tabela 19 Diferenças no relacionamento com os irmãos de acordo com a experiência do relacionamento abusivo.....	70
Tabela 20 Tabela cruzada para a qualidade do relacionamento com os irmãos nos diferentes grupos de participantes.....	70
Tabela 21 Diferenças nos níveis de satisfação com o suporte social e dependência emocional face à qualidade do relacionamento com os irmãos.....	71
Tabela 22 Diferenças nos diagnósticos psicológicos de acordo com a experiência do relacionamento abusivo.....	72
Tabela 23 Tabela cruzada para os diagnósticos psicológicos de acordo com a experiência do relacionamento abusivo.....	72
Tabela 24 Diferença nos níveis de dependência emocional e satisfação com o suporte social em função dos diagnósticos psicológicos.....	73
Tabela 25 Diferenças na idade em que se iniciaram os relacionamentos abusivos nos diferentes grupos	73
Tabela 26 Tabela cruzada para a idade em que se iniciaram os relacionamentos abusivos para o grupo de mulheres que vive um relacionamento abusivo vs. o grupo de mulheres que vivenciou e terminou o relacionamento abusivo.....	74
Tabela 27 Diferenças nos níveis de dependência emocional e satisfação com o suporte social em função da idade com que as vítimas iniciaram o relacionamento abusivo.....	74
Tabela 28 Diferenças no tipo de violência relatada de acordo com o momento (atual ou passado) do relacionamento abusivo.....	75
Tabela 29 Tabela cruzada para os tipos de violência e o momento da experiência do relacionamento abusivo.....	75
Tabela 30 Diferenças nos níveis de dependência emocional e satisfação com o suporte social em função do tipo de violência vivida.....	76
Tabela 31 Associação entre o conhecimento de recursos de apoio e informação sobre violência doméstica e a existência do relacionamento abusivo.....	77

Tabela 32 Tabela cruzada para o conhecimento dos recursos de apoio e informação e a experiência do relacionamento abusivo.....	77
Tabela 33 Diferenças nos níveis de dependência emocional e satisfação com o suporte social em função do conhecimento de recursos de apoio e informação.....	78
Tabela 34 Regressão linear múltipla da dependência emocional com as demais variáveis.....	79
Tabela 35 Regressão logística binária do envolvimento num relacionamento abusivo com as demais variáveis.....	80

Lista de Abreviaturas

ESSS — Escala de Satisfação com o Suporte Social

QDE — Questionário de Dependência Emocional

ECVC — Escala de Crenças de Violência Conjugal

cf.— confira

DP — Desvio-padrão

e.g.— *Exempli gratia*, por exemplo

APAV — Associação Portuguesa de Apoio à Vítima

gl — Graus de liberdade

M — Média

Min-Max — Mínimo-Máximo

SPSS- *Statistical Package for the Social Sciences*

Índice

Introdução	1
CAPÍTULO 1: ENQUADRAMENTO TEÓRICO-CONCEPTUAL.....	3
O Suporte Familiar.....	3
Definição e especificidades.....	4
Dimensões do Suporte Familiar	5
A Qualidade do Suporte Familiar.....	6
Murray Bowen: A Teoria dos Sistemas Familiares	7
O Suporte Social	10
Definição e pertinência do seu estudo.....	11
Sidney Cobb (1976): Modelo teórico sobre suporte social	12
O Modelo de <i>Buffering</i> : Moderação de Stresse	13
A Atuação do Suporte Social	14
Os Relacionamentos Abusivos.....	15
Definição e pertinência do seu estudo.....	16
Lenore Walker: O Ciclo da Violência Doméstica.....	19
A Manutenção dos Relacionamentos Abusivos	20
A Influência do Relacionamento Familiar no Relacionamento Conjugal.....	21
A Teoria da Vinculação no Adulto e as Relações Íntimas	22
Estilos de Vinculação no Adulto	25
A Relação entre a Vinculação Parental e a Vinculação Romântica.....	27
A Influência da Qualidade do Suporte Familiar nos Estilos de Vinculação	30
Teorias Explicativas para a Violência Doméstica.....	32
Perspetivas Socioculturais.....	33
Perspetivas Intraindividuais	34
Perspetivas diádicas e familiares.....	35
Teoria da Roda do Poder e do Controlo.....	36

CAPÍTULO II: ESTUDO EMPÍRICO.....	39
Objetivos e hipóteses de investigação.....	39
Método	42
Participantes	42
Instrumentos de avaliação	45
Procedimento e tratamento estatístico dos dados	49
Resultados.....	52
Resultados descritivos	52
Estudos de Associação	63
Estudo das diferenças em função dos grupos de participantes.....	66
Estudo das diferenças em função das variáveis sociodemográficas	69
Análise de Regressão	79
Discussão.....	82
Conclusão	90
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	92
APÊNDICES	105
Apêndice A. Consentimento Informado	105
Apêndice B. Questionário Sociodemográfico	106
Apêndice C. Cronograma de Elaboração da Dissertação.....	114
ANEXOS	115
Anexo A. Escala de Satisfação com o Suporte Social (ESSS) de Pais Ribeiro (1994) ...	115
Anexo B. Questionário de Dependência Emocional (QDE) de Rodrigues e Arantes (2021)	
117	
Anexo C. Escala de Crenças da Violência Conjugal (ECVC) de Machado, M., Matos, M.,	
e Gonçalves, M. M., (2008).....	119

INTRODUÇÃO

A rede de suporte familiar assume um papel central no desenvolvimento psicossocial dos indivíduos ao longo do seu ciclo de vida e representa, um dos pilares fundamentais para a sua formação em diversos aspetos da vida individual e coletiva (Rodrigues et, al., 2020). A influência de uma boa rede de suporte familiar pode ser observada em dimensões como uma menor dependência e maior bem-estar emocional, devido ao ambiente de segurança e aceitação que este é capaz de proporcionar (Palma, 2019). Também o suporte social é reconhecido pelos recursos emocionais, materiais, informativos e instrumentais que tem a capacidade de providenciar (Martins & Zavaschi, 2011). É facto que, nos relacionamentos abusivos, o isolamento é um dos elementos mais “*utilizados*” pelo agressor para aumentar o seu controlo sobre a vítima (Dokkedahl & Elklit, 2019), exatamente pela influência que o suporte familiar e social exerce. Se existir um suporte sólido, poderá existir um melhor reconhecimento dos sinais de abuso e um consequente desenvolvimento dos recursos emocionais necessários, para enfrentar a situação (Dias, 2023; Rodrigues et, al., 2020).

Os relacionamentos abusivos são marcados por dinâmicas de poder e controlo, nas quais um dos parceiros procura subjugar o outro, muitas vezes recorrendo à manipulação, intimidação e violência. Estas relações podem-se manifestar em diferentes tipos de abuso, que vão além do abuso físico, mais comumente falado, incluindo também a violência psicológica, financeira e sexual (APAV, 2025). A par do impacto que viver um relacionamento abusivo provoca, podem encontrar-se graves consequências para a saúde física e psicológica (Pinto, 2018). Mas as suas consequências não se extinguem por aí, afetando muitas vezes o desempenho profissional e a capacidade de estabelecer novos relacionamentos saudáveis, gerando impacto, a longo prazo, na vida de quem experiencia este tipo de relacionamento (Gonçalves, 2018). Neste sentido, será crucial continuar a investigar o fenómeno complexo que são os relacionamentos abusivos, identificando os eventuais fatores protetores e de risco, dentro

desta realidade. Assim como, as ferramentas que podem ser utilizadas para os combater (Yakubovich et al, 2018).

É segundo esta conjuntura e tendo por base a evidência científica apresentada, que o presente estudo — desenvolvido no âmbito do Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde da Universidade Lusíada de Lisboa — se irá debruçar. Este trabalho baseia-se num Modelo Epistemológico Pós-Positivista. O objetivo geral consiste, em compreender e analisar a influência do suporte familiar e social nos relacionamentos abusivos, em mulheres adultas. Em particular, pretende-se explorar (1) a relação entre a qualidade do suporte social e a existência, à data, de um relacionamento abusivo; (2) comparar o nível de dependência emocional de mulheres que já viveram ou ainda vivem um relacionamento abusivo, com mulheres que nunca o experienciaram; e ainda, (3) identificar e analisar as fontes de suporte mais valorizadas pelas vítimas no processo de término do relacionamento abusivo, assim como, os fatores que indicam ter sido em parte responsáveis pela manutenção desse relacionamento.

CAPÍTULO 1: ENQUADRAMENTO TEÓRICO-CONCEPTUAL

Neste primeiro capítulo, apresentar-se-á uma revisão da literatura sobre os principais construtos em estudo. Num primeiro momento, iremos debruçar-nos sobre a rede de suporte familiar e social, em particular, o seu papel, as suas características, dimensões e desafios, segundo diferentes autores e modelos teóricos. Num segundo momento, iremos abordar o construto dos relacionamentos abusivos, tendo por base o seu desenvolvimento do ponto de vista do ciclo da violência e do contexto, até ao seu impacto segundo os modelos teóricos. Serão identificados diferentes estilos de comportamento desajustados, nos relacionamentos de intimidade e as suas consequências na vida de quem os experiencia. Num terceiro momento, o construto dos estilos de vinculação no adulto, inclusivamente nas relações íntimas, será abordado com recurso ao modelo teórico de Bowlby (1979), debruçado sobre o relacionamento amoroso por Hazan e Shaver (1987), além das principais consequências que os diferentes tipos de vinculação podem apresentar nas relações. Num último momento, serão abordadas as diferentes teorias explicativas da violência doméstica, interligando a influência do funcionamento familiar com a experiência de um relacionamento abusivo.

O SUPORTE FAMILIAR

O suporte familiar constitui um dos pilares fundamentais na promoção do bem-estar individual e coletivo, assumindo um papel central no desenvolvimento psicossocial dos indivíduos ao longo do seu ciclo de vida. (Martins & Lopes, 2017). Desta forma, a família, enquanto principal unidade de socialização primária, fornece os recursos emocionais, instrumentais e informacionais essenciais, por exemplo, para a adaptação a situações de stresse, doença ou a obstáculos que vão surgindo (Santos et al., 2020). O suporte familiar mostra-se assim um fator determinante em diversos aspetos da vida individual e coletiva, podendo afetar, quando insuficiente, a saúde mental, o bem-estar emocional, a resiliência em situações de crise, e a capacidade de lidar com adversidades (Carvalho, 2019).

Embora não exista um único autor responsável por estabelecer a definição universal do termo, este é um construto amplamente estudado no âmbito das teorias dos sistemas familiares e contextos de suporte social (Campos, 2021). A literatura sobre o suporte familiar é vasta e aborda diversas dimensões, desde o seu impacto no desenvolvimento infantil, até ao papel crucial que representa na superação de adversidades como, por exemplo, em situações de violência doméstica (Santos et al., 2020).

De facto, o suporte familiar e o suporte social são duas dimensões de apoio emocional, prático e psicológico, que impactam de forma significativa o bem-estar do indivíduo, especialmente em momentos de crise. Embora estes dois tipos de suporte estejam interligados e se complementem, existem diferenças entre si, inclusivamente, um pode ser fator protetor do outro. Este é um aspeto que será desenvolvido no próximo capítulo, na definição do construto do suporte social. Referindo-se essencialmente, ao apoio recebido de uma rede mais ampla de relacionamentos, que pode incluir amigos, colegas, vizinhos, grupos comunitários e até mesmo instituições (Campos, 2021).

DEFINIÇÃO E ESPECIFICIDADES

Um autor de destaque deste construto é Moos (1995), que definiu o suporte familiar como: as interações positivas do núcleo familiar, caracterizadas por afeto, coesão e ajuda mútua, que contribuem para a estabilidade emocional e psicológica dos seus membros. Será a qualidade das interações familiares a responsável por proporcionar o encorajamento, o suporte emocional e a coesão, desempenhando um papel essencial na adaptação ao stresse e na promoção do bem-estar dos indivíduos (Correia, 2016).

Tanto o suporte familiar como o suporte social, têm a capacidade de oferecer uma variedade de perspetivas, recursos e possibilidades de interação que ajudam a construir um sentimento de pertença e resiliência. Mostrando-se especialmente relevantes nas interações sociais diárias e para a formação de uma rede que ofereça conselhos, validação e apoio

emocional (Palma, 2019). O suporte familiar, na sua especificidade, diz mais respeito ao apoio fornecido pelos membros da família, que frequentemente são aqueles com quem o indivíduo partilha uma convivência mais próxima e de longo prazo. A família pode proporcionar segurança emocional e um senso de continuidade e de identidade, além de ser uma fonte constante de suporte prático, como prestando auxílio nas tarefas do dia a dia ou apoio financeiro em situações específicas. Alguns autores já comprovaram inclusivamente, que o suporte familiar pode mostrar-se fundamental na formação da autoestima e segurança, influenciando a autoconfiança e o bem-estar psicológico desde o ciclo da infância (Martins & Lopes, 2017; Santos et al., 2020).

Contudo, estes dois tipos de suporte complementam-se, e podem mostrar-se protetores quando um deles falha. Por exemplo, se a rede familiar se revelar insuficiente para atender a certas necessidades emocionais ou práticas, o suporte social pode entrar em ação, oferecendo outras fontes de apoio. Em contrapartida, a família pode servir como um refúgio mais íntimo e confiável em situações onde o suporte social é limitado ou menos acessível. Ambos são importantes para a construção de uma rede de apoio sólida que favorece a saúde mental e útil no confronto com as adversidades (Madeiros, 2022).

DIMENSÕES DO SUPORTE FAMILIAR

O suporte familiar é multifacetado e abrange diversas dimensões que contribuem para o bem-estar do indivíduo. As principais dimensões do suporte familiar, encontram-se entre: suporte emocional, instrumental, informativo e instrumental. Além destes principais pilares orientadores, encontram-se ainda algumas categorias específicas do suporte familiar como: a ajuda material, assistência prática, *feedback* e a interação social positiva (Palma, 2019). O apoio emocional dentro do suporte familiar, refere-se à expressão de empatia, amor, cuidado e confiança entre os membros da família, sendo este tipo de suporte essencial para a saúde mental e o bem-estar emocional (Santos et al., 2020). Paralelamente, o apoio instrumental deste

suporte, envolve a aplicação de ajuda prática e recursos tangíveis, como a assistência financeira, cuidados físicos e realização de tarefas domésticas. Relativamente ao suporte informativo, sugere a literatura, que a sua importância consiste na qualidade em fornecer conselhos, orientações e informações úteis que ajudem os indivíduos a enfrentar problemas e tomar decisões informadas (Palma, 2019). Não menos importante, o apoio avaliativo providenciado pela rede de suporte familiar, pretende fornecer um *feedback* positivo e uma reafirmação de valores e competências, ajudando o indivíduo a construir autoestima e a autoconfiança (Martins & Zavaschi, 2011)

Relativamente às funções do suporte familiar, serão consideradas as três seguintes: (1) a promoção de um sentimento de pertença e inclusão dentro do grupo familiar, essencial para o bem-estar psicológico; (2) orientação e conselhos que ajudam na tomada de decisões e resolução de problemas; e (3) a expressão de sentimentos positivos, que fortalecem os laços emocionais entre os membros da família (Cobb, 1976). Desta forma, é possível compreender a importância e complexidade das interações familiares e como as várias dimensões do suporte familiar impactam o bem-estar individual (Martins & Lopes, 2017).

A QUALIDADE DO SUPORTE FAMILIAR

O conceito de suporte familiar remete-nos para alguns autores da década de 70. Contudo, para uma análise mais rigorosa e atualizada dos aspetos que determinam a manutenção da qualidade do suporte familiar, é importante consultar pesquisas recentes, que abordem a dinâmica do suporte familiar no contexto da família contemporânea e sua importância para o bem-estar. Assim, autores como Palma (2019) e Ribeiro (2011) defendem a existência de alguns critérios fundamentais para a existência e manutenção da qualidade do suporte familiar e social, os quais iremos explorar.

Independentemente do modelo teórico, o ponto de partida mantém-se: a qualidade das relações entre os membros da família evidencia-se como um fator determinante para a

manutenção do suporte familiar. Relações positivas e satisfatórias promovem um ambiente de apoio mútuo (Carvalho & Andrade, 2015). Neste sentido, a reciprocidade também é considerada um fator fundamental para a forte estrutura do suporte familiar, mostrando-se importante para garantir que todos os membros da família se sentem valorizados e apoiados. O equilíbrio entre dar e receber suporte, parece fortalecer estes laços. Também a comunicação efetiva representa um pilar na estrutura familiar, uma vez que a comunicação clara e aberta facilita a expressão de necessidades, preocupações e sentimentos, que promovem a compreensão e o apoio mútuo (Oliveira & Ribeiro, 2012). Outro aspeto fundamental apontado pelos autores que se debruçam sobre este tema, é a flexibilidade. A capacidade de adaptação a mudanças e a flexibilidade nas dinâmicas familiares, parecem ser fundamentais para a sua qualidade. A flexibilidade inclui a capacidade de ajustar papéis e responsabilidades conforme necessário dentro da rede familiar. Associada a esta necessidade, percebemos a importância da empatia e da capacidade de compreender as necessidades e perspetivas dos outros membros da família (Urbiola et al., 2017). A disponibilidade de tempo, recursos materiais e emocionais para assim representar um critério essencial. Isto inclui disponibilidade para cuidar, aconselhar e ajudar financeiramente quando necessário. Cumprindo estas necessidades básicas, é conseguido um ambiente familiar estável e seguro, que proporciona a base necessária para que o suporte seja contínuo e eficaz, incluindo tanto a estabilidade emocional quanto a segurança física (Campos, 2021).

MURRAY BOWEN: A TEORIA DOS SISTEMAS FAMILIARES

A Teoria dos Sistemas Familiares, desenvolvida pelo psiquiatra Murray Bowen (2001), foi um modelo inovador no campo da psicologia e da terapia familiar, que procurou compreender o comportamento humano no contexto das relações interpessoais dentro de um sistema familiar (Nascimento, 2022). Esta abordagem parte do pressuposto de que as famílias funcionam como sistemas emocionais interconectados, onde o comportamento de cada membro é influenciado pelas interações com os outros e pelas dinâmicas emocionais que atravessam

gerações (Wagar, 1995). Bowen (2001) desenvolveu a sua teoria a partir de estudos sobre famílias em situações de stresse extremo, particularmente com membros onde existiam diagnósticos de esquizofrenia. Na realização deste estudo, percebeu-se que os problemas emocionais de um indivíduo raramente eram fenómenos isolados, mas sim reflexos de padrões e tensões sistémicas presentes na estrutura familiar. Assim, a teoria deslocou o foco da psicologia individual para a compreensão das relações e processos familiares (Nascimento & Ribeiro, 2022). A Teoria dos Sistemas Familiares oferece um conjunto de conceitos fundamentais, como: a diferenciação do *self*, os triângulos emocionais e a transmissão multigeracional, que ajudam a explicar como as interações familiares moldam as emoções, os comportamentos e as escolhas de vida dos indivíduos. Este modelo, não só oferece uma base teórica para intervenções terapêuticas, como também permite uma maior compreensão sobre como padrões emocionais são transmitidos, ao longo do tempo, e como podem ser modificados para promover saúde emocional e resiliência (Costa, 2010).

Nos últimos anos, a teoria de Bowen tem sido amplamente aplicada e estudada em contextos clínicos, educacionais e sociais, tornando-se uma das abordagens mais respeitadas na terapia familiar sistémica (Nascimento & Ribeiro, 2022). A sua relevância é reforçada pela aplicabilidade em diversas culturas e pela capacidade de oferecer ferramentas práticas para a resolução de conflitos e promoção do bem-estar no contexto familiar.

O conceito da diferenciação do *self* da teoria de Bowen, consiste na capacidade de um indivíduo de separar pensamentos, sentimentos e de manter a sua individualidade, mesmo em situações de alta pressão emocional dentro da família. Esta teoria permitiu verificar que, indivíduos com baixa diferenciação tendem a ser mais reativos emocionalmente (Bowen, 2001). Um exemplo prático deste conceito pode ser, como uma pessoa com maior diferenciação do *self* tem a capacidade de discordar de um membro da família sem sentir culpa ou ansiedade. Outro conceito importante é o dos triângulos emocionais, que retratam a menor unidade relacional no sistema familiar. Quando a tensão entre dois membros aumenta, frequentemente um terceiro é envolvido para reduzir a ansiedade. Embora isso alivie o stresse imediato, pode perpetuar

padrões disfuncionais (Nascimento & Ribeiro, 2022). Esta situação pode ser reconhecida, por exemplo, em conflitos entre pais, que podem levar um deles a formar uma aliança emocional com o filho (Shahana, 2015). Um último conceito importante de ressaltar para o enquadramento do presente estudo, será o da transmissão multigeracional. Este conceito relata o fenômeno dos padrões de funcionamento emocional, crenças e comportamentos que são transmitidos de uma geração para outra (Neto, 2020). Inclusivamente, verifica-se que estes padrões podem influenciar as escolhas de relacionamento e a estabilidade emocional do indivíduo. Assim, percebemos como esta teoria fornece uma perspetiva valiosa, para compreender como as dinâmicas emocionais dentro da família influenciam a forma como os indivíduos podem lidar, por exemplo, com as dinâmicas de um relacionamento abusivo (Costa, 2010). O conceito de transmissão multigeracional revela como, crenças e comportamentos disfuncionais, incluindo, por exemplo, a tolerância ao abuso ou a dificuldade em estabelecer limites saudáveis, podem ser perpetuados de geração em geração. Mais ainda, a ansiedade emocional crónica nas famílias, pode levar os indivíduos a repetir padrões familiares nas suas escolhas relacionais, mesmo que essas dinâmicas sejam prejudiciais (Garcia, 2022).

Coloca-se assim a hipótese de que, famílias que apresentam uma baixa diferenciação do *self*, tendem a dificultar a autonomia emocional de seus membros, contribuindo para a perpetração de relações abusivas. Por outro lado, famílias com maior diferenciação, poderão oferecer um suporte onde não é criada dependência, facilitando o reconhecimento de padrões abusivos e a procura por relações saudáveis (Neto, 2020). A teoria de Bowen (2001) explica ainda, como os triângulos emocionais podem intensificar, ou aliviar tensões nos relacionamentos. Quando a família falha em fornecer o suporte adequado, os indivíduos podem sentir-se presos, como no ciclo de abuso, acabando por procurar validação ou evitar confrontos para preservar uma falsa harmonia emocional (Neto, 2020). Desta forma, é possível perceber como o suporte familiar pode desempenhar um papel ambivalente: podendo representar um fator de risco, ou catalisador de mudança. Compreender as dinâmicas familiares, através da

lente da teoria de Bowen, permite assim, a identificação de padrões disfuncionais e uma compreensão mais eficaz em intervenções familiares.

O SUPORTE SOCIAL

Também o suporte social representa um conceito central na área da psicologia, reconhecido pelos seus diversos benefícios, como: a redução do stress durante potenciais crises, a prevenção de doenças e o processo de recuperação do estado de saúde (Rodrigues & Madeira, 2009). Este é um construto amplamente estudado na área da Psicologia, que se refere, à semelhança do suporte familiar, aos recursos emocionais, materiais, informativos e instrumentais que o indivíduo recebe dos pares que compõem a sua rede social (House, 1981).

Especificidades importantes deste construto são por exemplo, a diferenciação que existe de como o suporte é percebido vs. como é realizado. A crença de que o suporte estará disponível caso necessário, parece evidenciar uma diferença substancial na segurança do indivíduo. E de facto, estudos como os de (Wills & Shinar, 2000), mostraram que o suporte percebido revelou um maior impacto na saúde mental do que o próprio suporte recebido pelos pares sociais (suporte efetivamente recebido em situações concretas). Outra das particularidades do suporte social, é a existência de uma rede abrangente, que inclui um conjunto de pessoas que se mostram disponíveis para oferecer esse suporte, incluindo a família, amigos, colegas e grupos comunitários. Constituindo-se fundamental a sua função protetora. Ainda segundo o modelo de moderação de stress (Cohen e Wills, 1985), o suporte social parece proteger o indivíduo contra os seus efeitos negativos, reduzindo a sua vulnerabilidade a problemas psicológicos e físicos.

Cultura e contexto, é outra especificidade característica do suporte social, pela sua capacidade de variar entre culturas. Por exemplo, culturas individualistas podem valorizar mais o suporte emocional e informativo, enquanto culturas coletivistas dão maior ênfase ao suporte instrumental e às relações de interdependência (Thoits, 2011). Por fim, uma distinção e resalto importante a fazer neste tipo de suporte, é a qualidade vs. quantidade, como referimos. Esta

diferença caracteriza-se pelo facto de que, mais do que o número de contactos sociais, parece ser a qualidade dessas relações que se mostra efetivamente crucial para um maior e melhor impacto e atuação do suporte social (Thoits, 2011).

DEFINIÇÃO E PERTINÊNCIA DO SEU ESTUDO

Pelo seu carácter, o suporte social define-se como um conceito essencial, para compreender o impacto das relações interpessoais no bem-estar psicológico e na saúde dos indivíduos. Autores como Caplan (1974) e Cobb (1976), constituíram as principais bases teóricas para a conceptualização e investigação do suporte social até aos dias de hoje. Foram os autores responsáveis pela introdução, designação e importância atribuída ao *Sistema de Suporte*. Considerando este construto como, o apoio prestado ao indivíduo na estruturação dos seus recursos psicológicos, permitindo uma melhor gestão dos seus problemas emocionais, a partilha de atividades e a prestação de ajuda material (como por exemplo, o apoio monetário ou a orientação na resolução de situações específicas). Também House (1981), foi um autor relevante na caracterização deste conceito, enfatizando como o suporte social poderia ainda ser dividido em quatro tipos principais: (1) o suporte emocional, através da empatia, carinho e preocupação demonstrada pelos outros); (2) o suporte instrumental, como a assistência prática, a ajuda financeira ou auxílio em tarefas do quotidiano; (3) o suporte informativo, através da informação útil, como conselhos ou *feedback* que ajudam a resolver problemas; e (4) enquanto suporte de avaliação, seja ela social, ou o *feedback* que ajudará na autoavaliação.

A pertinência da realização de um estudo sobre o suporte social deve-se a alguns fatores, sendo principalmente, no caso do estudo em vigor, pela influência direta que parece representar no bem-estar físico, emocional e psicológico dos indivíduos (Palma, 2019). Para além disso, estudos recentes evidenciam que, por um lado, o suporte social é um fator protetor contra o stresse, ansiedade e depressão, e, por outro lado, indicam também como é

preponderante no comportamento dos adultos, influenciando a sua capacidade de enfrentar desafios e manter um equilíbrio emocional saudável (Costa, 2010; Lopes, 2021).

Estudar o suporte social permite a melhor compreensão, de como as conexões humanas podem mitigar os efeitos negativos do isolamento e promover o sentimento de empatia (McGoldrick et. al, 2016). Mais ainda, compreender como o suporte social afeta a vida dos indivíduos, poderá permitir a elaboração de políticas públicas e programas comunitários que possam melhor promover as interações sociais positivas (e.g. iniciativas para idosos, jovens em risco, e proteção contra a violência nos relacionamentos). Neste sentido, exploraremos nos próximos subcapítulos, em maior profundidade, a teoria de Cobb (1976) e o seu *Modelo de Moderação de Stress*.

SIDNEY COBB (1976): MODELO TEÓRICO SOBRE SUPORTE SOCIAL

O modelo teórico do construto de suporte social, desenvolvido por Sidney Cobb (1976), foi uma abordagem primordial na Psicologia, sendo um dos primeiros modelos teóricos a destacar o impacto positivo do suporte social na saúde física e mental dos indivíduos. Cobb introduziu a ideia de que a percepção de suporte social poderia atenuar os efeitos negativos do stress, protegendo o bem-estar individual. Definiu-o como sendo essencialmente, a informação do próprio indivíduo de que é amado, estimado e parte integrante de uma rede social. Segundo o autor, este tipo de informação desempenharia a função de satisfação das necessidades sociais e de proteção de consequências adversas. A sua ideia central foi considerar o *suporte social* como uma espécie de amortecedor de stress, destacando-o como um facilitador da confrontação e adaptação em situações de crise (Cobb, 1976).

Um dos principais pressupostos da sua teoria, inclui a percepção sobre o suporte social, enquanto aspeto central onde não é o suporte efetivamente recebido, mas a percepção de que ele está disponível, que parece moderar os efeitos do stress (Cobb, 1976). Também o impacto na saúde se destacou, uma vez que, através da percepção do indivíduo do suporte que é recebido,

parece existir uma redução da vulnerabilidade ao stresse, promovendo uma melhor saúde física e psicológica. Mais ainda, o contexto relacional, salientando o autor que o suporte provém de relações interpessoais próximas, como família, amigos e colegas (Cobb, 1976).

Como forma de confirmação da pertinência e validade da sua teoria, foram conduzidos alguns estudos como, o próprio estudo original de Cobb (1976), que demonstrou que pacientes com uma maior perceção de suporte social, tinham menor probabilidade de desenvolver doenças relacionadas com o stresse, como doenças cardiovasculares. Também os estudos desenvolvidos por Uchino (2006), que explorou os efeitos fisiológicos do suporte social, associando-o a melhorias na saúde cardiovascular e imunológica. Na mesma esteira, o estudo de Cohen e Wills (1985), validou o modelo de *buffering*, que será desenvolvido no capítulo seguinte.

O MODELO DE *BUFFERING*: MODERAÇÃO DE STRESSE

O Modelo de *Buffering*, ou modelo de moderação de stress, foi uma teoria desenvolvida no âmbito da psicologia por Cohen e Wills (1985), que explica de que forma o suporte social pode reduzir os efeitos negativos do stresse na saúde mental e física. Este modelo sugere que o suporte social atua como um moderador entre os eventos stressantes e as suas consequências na saúde (Cohen & Wills, 1985). Admite que o impacto negativo do stress é reduzido, quando o indivíduo percepciona que tem um suporte social adequado (o que nos leva de encontro à definição de suporte social percebido, acima descrito). Segundo os autores, este efeito protetor é mais evidente em situações de stresse elevado, enquanto em condições de stresse mais baixo, o suporte social tem um impacto menos significativo.

O modelo de Cohen e Wills (1985) sugere que o suporte social atua como um amortecedor (*buffer*) em momentos de stress, através de três mecanismos. Apresentou-os como: (1) a redução direta, onde o suporte reduz a avaliação de uma situação como ameaçadora; (2) o aumento da autoeficácia, através da presença de suporte a confiança do indivíduo parece aumentar, para lidar com os desafios; e (3) a modulação fisiológica, onde estudos subsequentes

mostraram que o suporte social pode reduzir respostas fisiológicas ao stress, como a ativação do eixo HPA (hipotálamo-pituitária-adrenal).

Cohen e Wills (1985) foram os autores que realizaram a meta-análise pioneira, que mostrou que, pessoas com uma rede de suporte social mais forte apresentavam melhores indicadores de saúde mental e menos sintomas físicos em períodos de stress elevado. Por sua vez, também estudos recentes realizados em Portugal, como o de Lopes (2021) analisaram o impacto do suporte social na saúde mental de estudantes universitários durante a pandemia da COVID-19 e confirmaram, que o suporte familiar e de amigos foi essencial para reduzir os sintomas de ansiedade e depressão.

A ATUAÇÃO DO SUPORTE SOCIAL

Para melhor entendermos a atuação do suporte social, no contexto prático dos dias de hoje, ressaltamos o seu papel em ações como: expressar preocupação, demonstrar afeto, partilhar atividades, prestar cuidados, aconselhar, dar sugestões ou socializar (Martins, 2011). As atividades e funções do suporte social estão interligadas, por exemplo: também atividades de suporte emocional incluem expressar preocupação, demonstrar afeto ou confortar, e estão relacionadas com funções de intimidade, confiança e ligação (Palma, 2019). Ao longo do tempo, surgiram abordagens diversificadas do suporte social, que se focaram: nos aspetos estruturais das redes sociais, no suporte percebido, na comparação das fontes de suporte e diferenças entre os seus diferentes tipos (Santos et al., 2020). E de facto, desde os estudos primórdios sobre o suporte social, que se evidencia como a perceção de suporte social está mais relacionada à saúde do que ao número de interações em si, como verificamos anteriormente (Cohen e Wills, 1985).

Ora, o suporte social pode ser realizado por via formal (através de organizações) ou informal (por conhecidos ou familiares), e é considerado um mecanismo importante que, em muitos momentos de adversidade, funciona como um fator protetor (Yakubovich et al., 2018).

Não obstante, a evidência de que o suporte social possa ter um impacto positivo na resiliência e percepção de segurança do indivíduo, está o facto de o poder também afetar, caso se mostre insuficiente. Para explicar esta relação ambígua, alguns autores (e.g., Cobb, 1985; Lin et. al, 1989) propõem as seguintes hipóteses: (1) hipótese de mobilização do suporte, que sugere que a relação entre o suporte recebido e o *distress* seja uma associação espúria, influenciada por uma terceira variável, como os eventos de vida stressantes; (2) hipótese da desigualdade, que propõe que relações desequilibradas, onde um indivíduo recebe mais suporte do que oferece, geram stress para ambas as partes até que o equilíbrio nas trocas seja restaurado; e a (3) hipótese da ameaça à estima, que aponta que o suporte social pode ser stressante por afetar a autoestima, seja pela sensação de dependência ou pela falta de apoio. Estas hipóteses ajudam-nos efetivamente a entender como o suporte social pode ter efeitos tanto positivos quanto negativos no bem-estar psicológico (Santos & Mendes, 2022). Contudo, em um estudo com jovens, onde se cruzaram várias medidas suscetíveis de avaliar diferentes dimensões de suporte social, fornecidas por vários agentes, Ribeiro (1994) confirmou que, para a população portuguesa, a fonte de suporte social que se verificou ser mais importante foi a família.

OS RELACIONAMENTOS ABUSIVOS

Compreender os relacionamentos abusivos envolve analisar fatores psicológicos, sociais e culturais que contribuem para a existência e possível permanência nessas relações (Matos, 2009). A sociedade e, por exemplo, as normas culturais, podem reforçar papéis de poder e submissão que facilitam a aceitação do abuso (Kalmuss, 1984). Enquanto fatores psicológicos, como a baixa autoestima e traumas anteriores, podem influenciar a percepção de normalidade ou o medo de sair dessas relações (Dias, 2023). A falta de suporte externo – familiar, social ou institucional, muitas vezes agrava o isolamento da vítima, tornando o ciclo de abuso ainda mais difícil de quebrar (Gonçalves, 2018).

Dada a influência, com graves consequências para a saúde física e mental de quem experiencia um relacionamento abusivo, este torna-se um tema relevante em domínios científicos diversos como o da Psicologia, Direito, Serviço Social e Saúde pública (Dias, 2014). Muitos estudos que têm vindo a ser realizados neste âmbito (Almeida, 2001; APAV, 2025; Arendt, 2014), assim como algumas políticas públicas, têm procurado compreender e enfrentar este problema, fornecendo apoio e recursos às vítimas, educando sobre os sinais de abuso e promovendo práticas de relacionamentos saudáveis. A consciencialização sobre o que caracteriza um relacionamento abusivo é essencial, para prevenir a sua ocorrência e auxiliar aqueles que se encontram a viver esse relacionamento, ajudando-os a identificar os sinais de abuso e a romper o ciclo da violência (Dinis, 2003). Mais ainda, a violência nas relações íntimas não é um fenómeno exclusivo das relações entre pessoas adultas, alguns estudos nacionais e internacionais revelam ainda que este é um problema presente nos relacionamentos entre os casais mais jovens (Dokkedahl & Elklit, 2019; Dias, 2023). Um estudo realizado em Portugal, com cerca de 4500 jovens, com idades compreendidas entre os 13 e os 29 anos, constatou que 1 em cada 4 jovens relataram já ter sido vítimas de algum tipo de conduta abusiva por parte do/a namorado/a (APAV, 2025).

DEFINIÇÃO E PERTINÊNCIA DO SEU ESTUDO

Os relacionamentos abusivos são um fenómeno complexo que envolve a presença de comportamentos manipuladores, coercitivos, e, muitas vezes, violentos entre parceiros (Barroso, 2007). Este tipo de relacionamento não se limita ao abuso físico, podendo existir também abuso a outros níveis como emocional, psicológico, financeiro e sexual, que podem ser igualmente prejudiciais e provocar consequências duradouras na vida de quem passa por ele (APAV, 2025). Segundo a Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (2025), quando estamos perante um relacionamento abusivo, é comum um dos parceiros procurar controlar, intimidar ou desvalorizar o outro, criando uma dinâmica de poder e domínio que interfere diretamente na

autonomia, autoestima e bem-estar emocional da vítima (APAV, 2025). As formas de violência utilizadas podem incluir: (1) violência verbal, através de insultos, difamação, humilhação ou gritos com o parceiro; (2) violência psicológica, através do partir ou danificar objetos com a intenção de causar medo e intimidar; (3) violência relacional, no controlo permanente do que a outra pessoa faz nos seus tempos livres e ao longo do dia, assim como através da proibição de contacto com familiares e pessoas amigas, entre outros; (4) violência física, com empurrões, pontapés, bofetadas, etc., e (5) violência sexual, através da imposição da prática de relações sexuais, acariciar sem o consentimento da outra pessoa, entre outras formas (APAV, 2025). Ao nível das diferentes formas de exercer violência, existem táticas subtis e formas menos perceptíveis para exercer poder e controlo sobre a outra pessoa, a vítima (Arendt, 2014). Nestes casos, o comportamento do agressor é comumente confundido com uma forma de falsa preocupação com o relacionamento, o bem-estar do/a parceiro/a e com manifestações de amor (APAV, 2010).

Alguns comportamentos por parte do agressor como, o controlo relativamente à forma de vestir, a consulta de mensagens no telemóvel e o pedido de partilha da password do e-mail e das redes sociais, são percecionados como deveres e/ou obrigações associados ao relacionamento, quando na realidade são formas de controlo e monitorização diária da vítima, retirando-lhe a sua autonomia e liberdade (APAV, 2025).

Este tipo de comportamentos torna-se muitas vezes aceitável e normalizado pelas vítimas como atos de cumplicidade e preocupação, mas com o prolongar do tempo, vão agravando-se e tornando-se cada vez menos tolerados, passando a estar muitas vezes na origem de conflitos e problemas no seio da relação, uma vez que os seus limites foram quebrados (Dias, 2023). Inclusivamente, algumas situações de violência sexual dentro das relações estão associadas à ideia de que os atos sexuais são obrigatórios ou *“fazem parte”* de uma relação. Consequentemente, quando a violência sexual tem lugar no âmbito do relacionamento, a vítima pode não identificá-la como uma experiência de vitimação (por exemplo, entendendo como

“normal” a cedência à prática de relações sexuais porque o/a namorado/a insiste ou faz ameaças de que acaba o relacionamento se não o fizerem (APAV, 2010).

O estudo dos relacionamentos abusivos mostra-se extremamente pertinente nos dias de hoje, pela sua relevância para a saúde pública, para o bem-estar emocional, social, individual e coletivo e para a promoção de direitos humanos fundamentais (Silvana, 2019). Os relacionamentos abusivos continuam a ser uma realidade global, que afeta pessoas de todas as idades, géneros e contextos socioeconómicos. Estes relacionamentos têm um impacto devastador não apenas em quem experiencia diretamente o abuso, mas também nos seus familiares e comunidades, perpetuando ciclos de violência e trauma (Gomes, 2019). E de facto, tem-se vindo a registar, nos últimos anos, uma crescente consciência e alerta sobre este fenómeno, mas ainda assim, persistem ainda muitos mitos e estigmas na sociedade (Machado et. al, 2015). Por exemplo, a normalização de comportamentos abusivos como, o “*ciúme excessivo*” ou o “*controlo*”, e o desconhecimento relativamente ao impacto psicológico e ao abuso emocional, que muitas vezes não é visível, ainda é muito evidente e presente nas relações contemporâneas (Magalhães, 2023).

Investigar este tema permite conhecer, entender e promover a sensibilização da população, através de mudanças sociais que incentivam relacionamentos mais saudáveis e igualitários (Mendes, 2015). Assim como compreender as características dos relacionamentos abusivos permitirá uma melhor clarificação do que são efetivamente relações saudáveis, baseadas no respeito mútuo, empatia e comunicação, dentro do quadro sociocultural dos dias de hoje (Dias, 2023). A existência de contínua investigação sobre este fenómeno, potenciará a oportunidade de melhorar a qualidade de vida e das relações interpessoais na sociedade (Mendes, 2015). Neste sentido, a evidência científica mostra o impacto da contínua sensibilização, por exemplo, através das consequências intergeracionais (Matos, 2006). Crianças que crescem em lares abusivos tendem a reproduzir ou tolerar comportamentos semelhantes no futuro. Desta forma, debruçarmo-nos sobre esta questão de investigação permitirá criar intervenções que interrompam este ciclo, o que se revela essencial para criar uma sociedade

mais justa, consciente e capaz de lidar com os desafios emocionais e sociais contemporâneos (Vieira, 2024). Longe de ser uma questão privada, é um problema coletivo que exige um esforço multidisciplinar.

Neste sentido, tentaremos agora perceber os modelos teóricos desenvolvidos no âmbito do complexo fenómeno da violência doméstica e sua conceptualização.

LENORE WALKER: O CICLO DA VIOLÊNCIA DOMÉSTICA

A psicóloga norte-americana Lenore Walker (1979) foi pioneira no desenvolvimento e clarificação de uma teoria sobre a violência doméstica, categorizando-a como um ciclo — o ciclo da violência. Este modelo entende o ciclo da violência dividindo-o em três fases: (1) a fase de tensão, (2) o ato de violência, e (3) a “lua-de-mel”. Segundo a Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (2025), na primeira fase — a fase de tensão — o agressor mostra-se tenso e irritado por coisas insignificantes, manifestando episódios de raiva que provocam humilhação à vítima (por exemplo através de ameaças e da destruição de objetos). Por sua vez, a vítima tenta acalmar o agressor, fica aflita e evita qualquer comportamento que saiba que lhe poderá provocar mais irritabilidade. Os sentimentos da vítima nesta fase são, entre outros, de tristeza, angústia, ansiedade, medo e desilusão. É comum que quem se encontre nesta situação, tenha por isso tendência para negar que estes episódios acontecem e escondê-los dos outros. Isto porque muitas vezes, acredita ter sido ela a fazer algo de errado, o que “justificaria” o comportamento violento do agressor (Dinis, 2003). Esta tensão pode durar dias ou mesmo anos, mas a tendência é de que venha a aumentar cada vez mais, sendo muito provável que em algum momento estes episódios conduzam à entrada na segunda fase do ciclo — o ato de violência (Dias, 2014).

A fase da violência, dá-se quando ocorre uma explosão por parte do agressor, ou seja, a sua falta de controlo chega ao limite e leva-o ao ato violento. Nesta fase, toda a tensão acumulada anteriormente materializa-se em violência verbal, física, psicológica, moral ou mesmo sexual. Ainda tendo consciência de que o agressor está fora de controlo e que tem um

grande poder destrutivo em relação à sua vida, muitas vezes o sentimento da vítima é de paralisia ou até impossibilidade de reação (Dias, 2023). É nesta fase que a vítima começa a sofrer uma tensão psicológica severa que se poderá refletir física e psicologicamente através de insónias, perda de peso, fadiga constante, ansiedade, medo, ódio, solidão, pena de si mesma, vergonha, confusão e dor (Matos, 2005). Neste momento, as decisões mais comuns são procurar ajuda, denunciar, esconder-se na casa de amigos e parentes, pedir o divórcio, ou até mesmo suicidar-se. Por norma, é a partir desta fase que começa a ocorrer um distanciamento do agressor (Stark & Hester, 2019). Contudo, esse distanciamento não dura muito e é geralmente quebrado pela entrada na terceira fase do ciclo de violência — a *“lua-de-mel”*. Esta fase caracteriza-se pelo aparecimento de sinais de arrependimento por parte do agressor, que se torna subitamente amável para conseguir a reconciliação (Dias, 2023).

A MANUTENÇÃO DOS RELACIONAMENTOS ABUSIVOS

Permanecer num relacionamento abusivo, após diversos episódios de violência, ou retornar à relação após a separação, é algo que se verifica frequentemente na vida de mulheres vítimas de violência doméstica. Estas mulheres tentam manter a sua relação conjugal, na expectativa e no desejo de que o parceiro se arrependa e mude o seu comportamento (APAV, 2025). No entanto, quando a vítima toma consciência de que a situação de violência não vai mudar e enfrenta o medo de terminar a relação, o parceiro tende a evidenciar alguma manipulação emocional sobre ela, mudando de atitude e fazendo promessas, que a fazem sentir esperança na sua mudança de comportamento. É esta atitude do agressor que promove muitas vezes a renovação do ciclo de violência (Gonçalves, 2018). É percebida a influência deste fenómeno, inclusivamente através de alguns relatos já analisados por mulheres vítimas de violência doméstica (Dias, 2014; Zancan et al., 2013).

De acordo com os autores, Vieira e colaboradores (2023), não obstante o reforço positivo proveniente da demonstração de afeto por parte do agressor, observa-se também um

reforço negativo pela violência por si exercida (Dutton, 2020). O sucesso do agressor em evitar a denúncia e o afastamento da vítima, juntamente com a continuidade de controlo sobre ela, são elementos que sustentam e fortalecem o seu comportamento, sustentando também, a permanência no relacionamento abusivo. Estes são elementos que permitem reconhecer a complexidade das dinâmicas de abuso que promovem a aceitação de uma relação que provoca sofrimento (Dias, 2023). A consciencialização e compreensão dos padrões de comportamento, são os primeiros passos para a sensibilização de práticas saudáveis nos relacionamentos íntimos (Dias, 2011).

A INFLUÊNCIA DO RELACIONAMENTO FAMILIAR NO RELACIONAMENTO CONJUGAL

A forma como as famílias lidam e resolvem as suas desavenças, é o que diferencia o impacto que estes conflitos terão no desenvolvimento familiar e no processo de desenvolvimento de cada um dos seus membros (Martins & Lopes, 2017). Relativamente ao conflito conjugal, este pode ser definido como qualquer situação de interação entre o casal que envolva a diferença de opinião, podendo ser classificado como construtivo ou destrutivo (Koprowski, 2020). Sendo construtivos, os conflitos envolvem comportamentos que incluem estratégias positivas de resolução de problemas, como por exemplo: a procura pelo bom acordo, a boa comunicação e demonstração de afeto, o apoio entre o casal, respeito mútuo, e percepções positivas dos conflitos não resolvidos. Já os conflitos destrutivos, são entendidos como aqueles que se constituem por estratégias de agressão verbal, ou violência física, entre os membros do casal (Dokkedahl & Elklit, 2019), hostilidade não verbal, ou recusa de diálogo. O facto é que, as estratégias construtivas para além de reduzirem as respostas negativas, também aumentam aspetos positivos do funcionamento psicológico dos próprios filhos (Koprowski, 2020).

Pelo que a literatura nos revela, e tal como mencionado em capítulos anteriores, o impacto negativo do conflito conjugal não se reflete somente na interação entre o casal, mas também no desenvolvimento da criança e do adolescente nas suas dimensões, emocional,

cognitiva e social, podendo deixar sequelas duradouras (Kalmuss, 1984; Strauss, 1973). Isto acontece principalmente quando o conflito envolve violência física e verbal entre o casal (Shahana, 2015). Nesse sentido, a saúde mental dos filhos pode ser favorecida ou prejudicada pela qualidade da relação conjugal, além da relação parental. Contudo, embora o conflito conjugal se constitua um fator de risco para os filhos, não devem ser evitadas as generalizações sobre o impacto dos conflitos conjugais no seu desenvolvimento (Garcia, 2022), uma vez que nem todas as crianças e adolescentes são afetados pelos conflitos existentes entre os pais, e, ainda que o sejam, nem todos serão afetados da mesma forma (Shaver, 1988), não sendo possível assim, prever consequências fixas para esta experiência. Variáveis como as próprias características pessoais como, a personalidade, as características do contexto em si vivido, a rede de apoio e de relacionamento com a restante família, além claro, do ambiente escolar, exercem transacionalmente um papel importante e decisivo nas escolhas e no futuro das crianças (Madeiras et al., 2022). Existe, portanto, um amplo leque de variáveis que interferem na forma como as crianças irão entender e lidar com os conflitos conjugais vividos, não podendo o seu impacto ser considerado apenas uma simples relação de “*causa e efeito*” (Koprowski, 2020).

A TEORIA DA VINCULAÇÃO NO ADULTO E AS RELAÇÕES ÍNTIMAS

A teoria da vinculação, desenvolvida por John Bowlby (1969, 1982), surgiu no âmbito da psicologia do desenvolvimento como um modelo explicativo das relações afetivas entre a criança e as figuras cuidadoras primárias. A par do seu enquadramento teórico, Bowlby propôs que a tendência para formar laços afetivos seria uma componente inata do comportamento humano, essencial para a sobrevivência e adaptação. Esta teoria assenta no pressuposto de que a qualidade das relações precoces influencia o desenvolvimento emocional e interpessoal do indivíduo ao longo da vida, nomeadamente nas relações românticas e de intimidade na idade adulta. Segundo o autor (Bowlby, 1969), a construção de um vínculo afetivo sólido entre a

criança e sua figura de vinculação (geralmente, a mãe) funciona como uma base essencial para que esta se sinta segura ao explorar o mundo ao seu redor. Com base nesta teoria, seria possível agrupar as crianças em dois perfis - as que tinham uma vinculação segura e as que tinham uma vinculação insegura. A teoria da vinculação e seus estudiosos assumiam que, crianças que desenvolvem uma vinculação segura formam uma imagem interna da mãe como uma presença confiável e acessível, mesmo quando esta não está por perto (modelo interno dinâmico positivo). Estas crianças tendem a lidar melhor com a separação e mostram-se mais tranquilas e recetivas ao reencontro, o que favorece uma exploração equilibrada do ambiente, alternando momentos de autonomia e busca por conforto emocional (Bowlby, 1969).

A qualidade dessa relação inicial entre a mãe e o bebê é fundamental para a formação da personalidade e influencia diretamente os padrões de relacionamento que o indivíduo desenvolverá ao longo da vida (Bowlby, 1979). Feist (2015) reforça esta ideia ao destacar que os vínculos criados na infância são assimilados, passando a servir como modelo para futuras relações afetivas e sociais. Desta forma, as experiências vividas nos primeiros anos de vida impactam diretamente a forma como o indivíduo procurará manter vínculos afetivos no futuro. A depender do tipo de vinculação estabelecida — segura, evitante ou ambivalente, este padrão tende a manter-se e a influenciar as relações interpessoais (Rodrigues & Chalhub, 2009).

Para Bowlby (1969), a separação da figura materna pode ser vivenciada como um trauma, indo de encontro à perspectiva de Freud. Um evento traumático, neste contexto, seria qualquer experiência capaz de provocar um desequilíbrio emocional intenso em um ego ainda em formação, levando a uma resposta psíquica desregulada e angustiante. A teoria da vinculação oferece, portanto, uma estrutura conceptual importante para entender como os laços afetivos moldam a personalidade e os comportamentos sociais ao longo da vida. A forma como a criança é acolhida e cuidada nos primeiros anos estabelece padrões emocionais que influenciaram a sua reação a perdas, rejeições e outros desafios futuros (Bowlby, 1969). Assim, assume-se que as experiências precoces com figuras parentais exercem uma influência profunda, embora nem sempre previsível, sobre a forma como os indivíduos constroem os seus

vínculos emocionais (Kreppner, 2000). Diferenças nestes estilos de vinculação podem, portanto, gerar dificuldades futuras nos relacionamentos conjugais, o que evidencia o papel fundamental da qualidade do cuidado inicial recebido (Bowlby, 1979; Foshee, 1999).

Neste sentido, Mary Ainsworth (1978), psicóloga americana colaboradora de Bowlby, contribuiu significativamente para a compreensão empírica da teoria da vinculação através do desenvolvimento do paradigma experimental "*Strange Situation*", onde identificou os três principais padrões de vinculação em crianças: padrão de vinculação seguro (B), padrão de vinculação inseguro-evitante (A), e padrão de vinculação inseguro-ambivalente (C) (Ainsworth, 1978). A autora destacou ainda a importância da sensibilidade e responsividade materna, no desenvolvimento de uma vinculação segura, sendo esta caracterizada por um equilíbrio entre proximidade e autonomia, enquanto os estilos inseguros parecem derivar de cuidados inconsistentes ou evitantes.

A adaptação dos estilos de vinculação ao contexto adulto foi amplamente influenciada pelos trabalhos de Hazan e Shaver (1987), que conceptualizaram os padrões de vinculação romântica como uma extensão dos modelos internos dinâmicos formados na infância. Segundo estes autores, os indivíduos tendem a reproduzir nas suas relações amorosas os estilos de vinculação previamente estabelecidos com as suas figuras parentais, influenciando aspetos como a intimidade, a confiança, o ciúme e a dependência emocional.

Em adultos, a vinculação manifesta-se em quatro estilos principais: estilo de vinculação seguro, estilo de vinculação ansioso, estilo de vinculação evitante, e estilo de vinculação desorganizado. A vinculação nos adultos será um aspeto importante a compreender e que será desenvolvido com maior detalhe no próximo sub-capítulo, "*estilos de vinculação no adulto*".

Entre as investigações que têm vindo a ser realizadas neste âmbito, concluiu-se que, experiências precoces de negligência, abuso ou inconsistência no cuidado parental podem estar na origem de estilos de vinculação inseguros, com consequências significativas ao nível da saúde mental e das relações íntimas (Fonagy et al., 2002). A literatura tem, inclusivamente, demonstrado uma associação entre os estilos de vinculação inseguros e a maior vulnerabilidade

à experiência de relações abusivas, nomeadamente, pela dificuldade em estabelecer limites, na dependência emocional e na tolerância a comportamentos prejudiciais (Godbout et al., 2009). Assim, a dependência emocional, a baixa autoestima e a dificuldade em estabelecer limites parecem tornar os indivíduos mais vulneráveis a padrões relacionais disfuncionais e à manutenção de relações, ainda que as mesmas se mostrem prejudiciais (Godbout et al., 2009).

Do ponto de vista neurobiológico, autores como Coan (2008) sugerem uma associação entre os sistemas de vinculação e alguns circuitos cerebrais específicos, relacionados com a regulação emocional, resposta ao stress e perceção social. Conclusões como esta, sustentam a hipótese de que a vinculação é de facto, um sistema complexo, que influencia não só o comportamento relacional, mas também os próprios processos fisiológicos implicados na segurança emocional (Carvalho, 2015). Desta forma é possível compreender como os estilos de vinculação no adulto se mostram essenciais na intervenção clínica, especialmente em contextos de relações abusivas. A avaliação do estilo de vinculação pode oferecer informações valiosas sobre a dinâmica relacional do indivíduo, os seus recursos emocionais e as suas vulnerabilidades, contribuindo para a elaboração de planos terapêuticos mais eficazes e personalizados (Bartholomew & Horowitz, 1991).

ESTILOS DE VINCULAÇÃO NO ADULTO

Os estilos de vinculação no adulto são um prolongamento dos modelos internos dinâmicos desenvolvidos na infância, com base nas interações precoces com figuras de vinculação significativas (Bowlby, 1969; Mikulincer & Shaver, 2007). Estes estilos refletem as expectativas do indivíduo em relação a si mesmo e aos outros, influenciando profundamente a forma como o indivíduo experiencia, interpreta e responde à intimidade, à dependência e à autonomia nas suas relações. Bartholomew e Horowitz (1991) propuseram um modelo quadripartido de estilos de vinculação em adultos, com base em duas dimensões fundamentais: a visão do *self* (positiva ou negativa) e a visão dos outros (positiva ou negativa). Estas

dimensões referem-se, respetivamente, à percepção que o indivíduo tem relativamente ao seu próprio valor e à confiança ou disponibilidade que percebem relativamente aos outros seus significativos.

Do cruzamento destas dimensões resultam quatro estilos de vinculação: (1) estilo de vinculação seguro, segundo o qual os indivíduos demonstram uma elevada autoestima e percepção positiva dos outros, sendo capazes de estabelecer relações baseadas na confiança, empatia e comunicação eficaz; (2) ansioso-preocupado, que se caracteriza por indivíduos que valorizam excessivamente os outros e têm uma percepção negativa de si próprios (procuram validação externa e têm medo da rejeição e abandono, sendo emocionalmente dependentes e hipervigilantes às ameaças relacionais); (3) evitante-distante, este estilo caracteriza os indivíduos que tendem a desvalorizar a importância das relações íntimas, mantendo uma imagem positiva de si próprios e negativa dos outros (tendem a demonstrar um elevado grau de independência emocional e evitam proximidade, mostrando também tendência para a repressão de emoções); por fim, (4) o estilo evitante-desorganizado, caracteriza os indivíduos que tendem a apresentar sempre uma visão negativa tanto de si como dos outros (são indivíduos que tendem a desejar intimidade, mas que também a temem, o que resulta em padrões relacionais ambivalentes, de instabilidade emocional e medo intenso de ser magoado) (Ainsworth, 1978; Bowlby, 1979).

Estes estilos têm sido, inclusivamente, associados a diferentes padrões de comportamento em relações amorosas. Por exemplo, os autores Mikulincer e Shaver (2003) demonstraram que indivíduos com vinculação ansiosa tendem a apresentar elevada reatividade emocional, com necessidade de proximidade constante e uma percepção exagerada de ameaças à relação. Revelam que, indivíduos com este estilo de vinculação, tendem a interpretar ambiguidade ou distância relacional como sinais de rejeição, o que intensifica os seus comportamentos de procura de proximidade e validação, podendo conduzir a dinâmicas de dependência emocional (Mikulincer & Shaver, 2007). Já o estilo de vinculação evitante, parece ter tendência a reprimir emoções, evitar o confronto emocional e valorizar a autossuficiência,

mostrando uma maior resistência à intimidade e menor propensão à partilha de emoções ou a recorrer ao parceiro em momentos de stresse. Estes padrões comportamentais, refletem tentativas distintas de regulação emocional no seio das relações, com implicações relevantes para a qualidade e estabilidade dos vínculos afetivos. No contexto das relações abusivas, a presença de estilos de vinculação inseguros, nomeadamente, o estilo ansioso e o estilo desorganizado, tem mesmo sido apontada como fator de risco (Mikulincer & Shaver, 2003).

A RELAÇÃO ENTRE A VINCULAÇÃO PARENTAL E A VINCULAÇÃO ROMÂNTICA

O contexto familiar e histórico, parece desempenhar um papel significativo na predisposição do indivíduo a iniciar e permanecer num relacionamento abusivo (Campos, 2021). Experiências de abuso na infância, a observação de violência doméstica entre os pais e até mesmo, normas culturais transmitidas através de gerações, podem influenciar as expectativas de relacionamentos e a perceção do que é aceitável dentro de um relacionamento (Vieira et al., 2023). Estudos mais antigos, alertam que, vítimas de violência doméstica demonstram ter frequentemente histórias de abuso na infância, tendo sido, de alguma forma, expostas a esses comportamentos no seu ambiente familiar (Dutton, 1994; Antunes, 2002).

Sabemos hoje a importância de compreender o contexto em que estas, *“outrotra meninas e mais tarde mulheres”*, que são vítimas *“hoje”*, cresceram e se desenvolveram. Tanto elas na sua infância como, para aquelas mulheres que são mães, os seus filhos registaram os episódios de violência e processam-nos à sua maneira (Vieira, 2024). A violência é um risco geral para problemas infantis, mas certas características específicas da criança, como por exemplo, o sentimento de responsabilidade pela agressão dos pais, ou as características familiares, como a indisponibilidade emocional dos pais, pode tornar algumas crianças mais suscetíveis aos seus efeitos (Almeida, 2000; Neto et. al, 2020;). Variáveis como a resiliência, ajudam a explicar como as crianças superam adversidades específicas (como a exposição à violência) e ainda podem demonstrar uma boa adaptação em múltiplas esferas de funcionamento

(Margolin, 2005). Algumas variáveis de resiliência, como por exemplo o quociente de inteligência (QI), são bastante gerais, outras delas podem ser bastante relevantes apenas em determinadas situações, protegendo a criança, mesmo quando esta tem um comportamento neutro. Assim, compreender a vulnerabilidade *versus* a resiliência requer identificar as suas respostas, em cada fase do desenvolvimento. Inclusivamente, parece ser a dificuldade de compreensão da presença dessa violência, que faz com que apenas cerca de 32% das mulheres que são vitimizadas, apresentem queixa (Magalhães et al., 2023).

Quando o assunto é violência psicológica, sexual ou moral, para alguns autores, fica ainda mais difícil estimar o seu impacto, dada a maior dificuldade que essas mulheres têm em identificar e nomear a violência que sofrem (Dinis, 2003). O caráter, até então, privado desses crimes, produz duas consequências que se alimentam: o ciclo da violência, ao criar um “*segredo*” sobre os momentos de tensão, em prol dos momentos de “*lua-de-mel*”, e por outro lado, a aceitação social de que não se pode intervir neste tipo de relacionamento, sustentado até em provérbios populares “*entre marido e mulher não se mete a colher*” (Anderson & Saunders, 2003). Verifica-se, assim, que a violência doméstica é um tema que precisa de ser abordado considerando tanto a sua dimensão social e coletiva como a sua dimensão mais íntima. É preciso ressaltar que mesmo este campo íntimo de afectos e emoções, parece ser influenciado pelo contexto sociopolítico e cultural (Matos et al., 2025).

Neste sentido, os autores Magalhães e colaboradores (2019) destacam a importância da socialização e a influência que a cultura exerce diretamente na forma como nos expressamos, sentimos e identificamos as nossas emoções. Construiu-se a partir daqui uma perspetiva crítica, para a compreensão das configurações afetivas, enfatizando que estas não acontecem de facto, de forma espontânea, puramente intrapsíquica e desvinculada da cultura, mas que simbolizam sim, o clima moral e cultural que contextualiza e constitui o indivíduo e as suas relações (Dias, 2014). Portanto, a construção do campo afetivo ocorre no contexto de processos históricos e sociais, que moldam o campo das emoções de forma desigual, criando diferentes caminhos de

subjetivação. O que nos leva assim, à necessidade de definir o conceito de relações afetivas (Vieira, 2024).

Estudos realizados por Hazan e Shaver (1987) debruçaram-se sobre a classificação da vinculação de Ainsworth (1978) relativamente à organização emocional e comportamental de adolescentes e jovens adultos, explorando o amor romântico enquanto processo de vinculação. Neste sentido, têm vindo a ser também desenvolvidos instrumentos para avaliar diversos aspetos relacionados com a vinculação que, por sua vez, permitem compreender melhor este conceito das relações afetivas (Canavarro et al., 2006). Assim, ainda é frequente encontrar estudos nos quais a Teoria da Vinculação é utilizada enquanto grelha conceptual de investigação sobre questões mais particulares da idade adulta, tais como a violência conjugal, os maus-tratos infantis, entre outros (Canavarro et al., 2006).

Os estilos de vinculação que se verificaram no capítulo anterior, são quatro estilos fixos, contudo, atualmente a investigação tem vindo a utilizar o modelo dimensional, segundo o qual cada indivíduo pode situar-se num ponto distinto das duas dimensões da vinculação (ansiedade e evitamento). Em estudos mais recentes, a vinculação é entendida de forma multidimensional, dinâmica, relacional e neuropsicológica (Gillath et al., 2016). Evidencia-se ainda, como um processo dinâmico, que não é fixo nem imutável ao longo da vida. Embora os modelos internos de funcionamento dos outros ou de si próprio, se forjem na infância, estes modelos podem ser transformados ao longo da vida (Mikulincer & Shaver, 2007). A vinculação é, hoje, vista, como um processo fundamentalmente relacional, em constante construção. A este propósito, alguns autores propuseram mecanismos explicativos da mudança na organização da vinculação ao longo do tempo, uma vez que, ao longo das trajetórias desenvolvimentais é possível assistir à divergência de modelos internos dinâmicos das relações com os pais, daqueles que se formam baseados nas relações com parceiros românticos ou amigos significativos (Canavarro et al., 2006), o que conduz à necessidade de clarificar a influência que a qualidade do suporte social pode exercer, tal como se apresenta de seguida.

A INFLUÊNCIA DA QUALIDADE DO SUPORTE FAMILIAR NOS ESTILOS DE VINCULAÇÃO

Um ambiente familiar que ofereça suporte emocional, segurança e educação sobre limites e respeito é essencial na formação de indivíduos com autoconfiança e habilidades para reconhecer e evitar relações abusivas (Carvalho, 2019). Na sequência de um fraco suporte familiar, é possível reconhecer algumas consequências que se podem evidenciar, face à maior vulnerabilidade ao envolvimento em relacionamentos violentos, sendo eles: a baixa autoestima e falta de autoconfiança, a necessidade de aceitação e afeição, a incapacidade de reconhecer limites saudáveis, o isolamento e a vulnerabilidade ((Shahana, 2015; Madeiros et al., 2022; Melo & Mota, 2013).). Relativamente à autoestima, o suporte familiar revela-se fundamental (Martins, 2017). A ausência desse suporte, por negligência ou falta de apoio emocional, pode conduzir a uma baixa autoestima, que aumenta a propensão do indivíduo em aceitar ou justificar a violência conjugal sobre si exercida (Matos, 2006). Pessoas com baixa autoconfiança, tendem a sentir-se menos seguras para estabelecer limites ou procurar ajuda, muitas vezes acreditando que *“merecem o tratamento que recebem”* (Urbiola & Iruarizaga, 2017).

A par desta realidade, quando a família não oferece apoio emocional e afeto, o indivíduo sente necessidade de procurar essa resposta noutras relações. Esta carência pode torná-lo mais vulnerável a indivíduos com tendência à manipulação que, num período inicial, podem demonstrar carinho e atenção, mas que, com o tempo, revelam comportamentos poucos saudáveis ou mesmo violentos sobre si (Correia & Mota, 2016). Na procura por validação e afeto, o indivíduo pode, sim, tolerar comportamentos prejudiciais, temendo a perda desse *“suporte”* que encontrou fora da família (Vieira et al., 2024). A ausência de um suporte familiar que modele interações respeitadas e solidárias pode dificultar o desenvolvimento de competências para identificar e impor limites em relacionamentos. Sem referências de relações saudáveis, pode ser difícil reconhecer o abuso, principalmente se ele ocorrer de forma gradual e manipuladora (Koprowski, 2020).

O sentimento de isolamento também pode ser preponderante no envolvimento e manutenção destes relacionamentos. Sem um suporte familiar confiável, a pessoa tende a sentir-se isolada e sem a confiança de uma rede segura a quem recorrer em situações de adversidade (Santos, 2022). Este isolamento é muitas vezes orquestrado por parceiros abusivos, que influenciam a vítima a cortar laços com outras fontes de apoio para que estas fiquem desprotegidas e sem qualquer influência de um suporte social (Nadirlene et al., 2014). Em contextos de violência, o isolamento é um fator crítico que contribui para a dificuldade em sair do relacionamento, já que a pessoa não vê uma alternativa segura para onde ir (APAV, 2025). Entende-se assim, a influência que o suporte familiar poderá exercer sobre as vítimas de violência doméstica, podendo acabar por permanecer em relações abusivas por acreditarem que não têm alternativas, ou que terão de enfrentar a situação sozinhas (Luz et al., 2024).

A pertinência do desenvolvimento deste estudo prende-se principalmente com questões como as mudanças sociais, que são constantes na sociedade contemporânea atual. Estas mudanças fazem com que seja necessária uma atualização contínua da investigação de carácter social (Costa, 2021). Nos últimos anos, Portugal tem registado um aumento na visibilidade e no debate público sobre a violência doméstica e relacionamentos abusivos, evidenciado por campanhas de sensibilização, o reforço da legislação e a atuação de organizações de apoio às vítimas. Apesar disso, os dados continuam preocupantes, pois os casos de violência doméstica ainda são uma realidade muito persistente no país (APAV, 2025). Segundo a Comissão para a Cidadania e Igualdade de Género (2025), só no primeiro trimestre de 2025 já constam 7056 ocorrências participadas à PSP e GNR e 6 mulheres já foram mesmo vítimas de homicídio voluntário em contexto de violência doméstica.

Um estudo que explore a influência que o suporte familiar pode perpetrar no ciclo da violência é essencial para compreender e combater o problema. Além disso, a própria redefinição do papel dos pais ao longo das gerações também deve ser um fator a considerar, tendo em conta que, atualmente, o modelo familiar português é caracterizado por uma maior diversidade, incluindo famílias monoparentais, reconstituídas e com papéis de género mais

flexíveis (Martins, 2017). Estas mudanças alteram os padrões de educação e socialização, incluindo a forma como os jovens percebem e experienciam os seus relacionamentos (Dias, 2023). Contudo, em muitas famílias portuguesas, ainda se observa a transmissão de normas culturais que podem perpetuar dinâmicas de controlo, submissão ou tolerância ao abuso (Martins, 2017). Estas heranças são particularmente relevantes num país que historicamente, valoriza laços familiares fortes e a preservação da privacidade doméstica, podendo esta dificultar a identificação de dinâmicas abusivas. Portanto, tanto as mudanças sociais como a influência cultural, são razões evidentes para que o estudo sobre este tema seja contínuo (Pinto, 2018).

TEORIAS EXPLICATIVAS PARA A VIOLÊNCIA DOMÉSTICA

O fenómeno da violência doméstica tem vindo a assumir uma crescente centralidade nos assuntos e problemas científicos, políticos e sociais. O reconhecimento da sua complexidade e do impacto transversal que provoca na vida das vítimas e na sociedade, conduziu à mobilização de diferentes áreas do saber como a Psicologia, a Sociologia, o Direito e a Criminologia, no sentido de compreender, prevenir e intervir eficazmente sobre este problema (Dias, 2023). Neste sentido, surgiram algumas teorias explicativas que procuram dar conta das múltiplas dimensões envolvidas neste tipo de fenómeno. Estas teorias variam consoante a perspetiva adotada, podendo enfatizar fatores individuais, relacionais, sociais ou culturais (Carvalho, 2019). A diversidade de abordagens demonstra que a violência doméstica não pode ser entendida de forma unidimensional, sendo antes resultado de uma interação complexa entre variáveis pessoais, familiares, sociais e estruturais (Costa & Almeida, 2021).

Ao longo deste capítulo, serão explorados alguns dos modelos teóricos mais relevantes, com o objetivo de proporcionar uma compreensão abrangente e fundamentada do fenómeno da violência doméstica. Esta análise pretende, não só aprofundar o conhecimento sobre as causas e

dinâmicas associadas a este tipo de violência, como algumas possibilidades de teorias explicativas.

PERSPETIVAS SOCIOCULTURAIS

As relações amorosas de intimidade são um fenómeno de elevada complexidade, profundamente influenciado por fatores históricos, sociais e culturais. O amor, enquanto experiência humana, pode ser compreendido como uma construção social, sendo moldado pelas normas, valores e discursos dominantes de cada cultura (Dias et al., 2014). Por esta perspetiva, o amor não é uma realidade universal, mas sim um sistema de significados continuamente produzido e reproduzido através das interações sociais (Jackson, 2001; Wood, 2001). Esta visão socialmente construída do amor, permite uma leitura crítica das relações íntimas contemporâneas, evidenciando como os padrões culturais não só definem o que é considerado um comportamento “*aceitável*” numa relação, como também influenciam a forma como as emoções são expressas e interpretadas. A cultura, ao determinar as normas sobre o que se considera apropriado, ou não, numa relação amorosa, pode também modelar práticas relacionais disfuncionais ou abusivas, especialmente em contextos onde ainda imperam estruturas patriarcais (Dias et al., 2013).

Em sociedades marcadas pelo patriarcado, a violência doméstica pode ser normalizada ou relativizada, sendo frequentemente justificada pela manutenção da autoridade masculina no seio da família. Como destacam Dias e Machado (2011), é fundamental considerar o contexto histórico, social e cultural na análise da experiência do amor, já que este não pode ser dissociado das estruturas de poder e das ideologias que o moldam. A naturalização da subordinação da mulher em algumas culturas contribui para a perpetuação de dinâmicas relacionais baseadas no controlo e na violência (Machado, 2015).

A perspetiva sociocultural permite, em síntese, compreender a dimensão simbólica e normativa das relações amorosas, reconhecendo que a violência doméstica não emerge apenas

de fatores individuais ou psicológicos, mas resulta também de construções sociais que legitimam desigualdades e práticas abusivas dentro das relações íntimas.

PERSPETIVAS INTRAINDIVIDUAIS

As perspectivas intraindividuais, focam-se nas características e fatores individuais que podem predispor tanto o agressor quanto a vítima a situações de violência doméstica (Magalhães et al., 2023). Esta abordagem sugere que determinados traços de personalidade, perturbações psicológicas e comportamentos específicos podem estar associados à dinâmica abusiva nas relações íntimas. Estudos indicam, por exemplo, uma correlação significativa entre o consumo de substâncias e a ocorrência de violência conjugal (Fernandes et al., 2023). O abuso de álcool, por exemplo, tem sido frequentemente associado a comportamentos agressivos no contexto doméstico. Embora nem todos os agressores sejam consumidores de substâncias ilícitas, como álcool e/ou drogas, a presença dessas substâncias parece intensificar a gravidade e a frequência dos episódios violentos (Gama et al., 2020). Algumas abordagens intraindividuais sugerem ainda que, certas características, também das vítimas, podem contribuir para a perpetração e consequente aceitação da violência. Fatores como a dependência emocional, baixa autoestima e sintomas de perturbação de stress pós-traumático são frequentemente mencionados (Barroso, 2007). No entanto, é crucial reconhecer que essas características podem ser consequências da vitimação, e não as causas subjacentes.

Embora as perspectivas intraindividuais ofereçam *insights* valiosos, elas também têm sido muito criticadas por potencialmente culpabilizarem a vítima e por não considerarem adequadamente os fatores socioculturais e estruturais que contribuem para a violência doméstica. Sendo desta forma, fundamental adotar uma abordagem holística que integre tanto os fatores individuais quanto os contextuais na compreensão e intervenção neste fenómeno complexo (Matos, 2006).

PERSPETIVAS DIÁDICAS E FAMILIARES

As teorias diádicas e familiares sobre a violência doméstica enfatizam que a violência não é apenas um ato isolado de agressão, mas um padrão de comportamentos aprendidos dentro do contexto familiar (Costa & Almeida, 2021). Estas teorias sugerem que as interações familiares desempenham um papel crucial na formação de atitudes e comportamentos violentos, pois os indivíduos aprendem, desde a sua infância, como reagir em situações de conflito e como se relacionar com os outros. A teoria intergeracional, por exemplo, proposta por autores como Straus (1973) e mais posteriormente desenvolvida por Widom (1989), defende que a violência doméstica pode ser perpetuada ao longo das gerações. Sugerindo que, crianças que crescem em ambientes familiares violentos têm uma probabilidade significativamente maior de experienciar relacionamentos abusivos na sua vida adulta, seja enquanto vítimas, ou agressores.

Estudos como o de Foshee e colaboradores (1999) sustentam esta ideia de que a exposição à violência parental aumenta a probabilidade de respostas agressivas em situações de conflito na vida adulta. MacEwen e Barling (1988), assim como Sugarman e Hotaling (1989) também demonstraram uma associação entre a observação de violência entre os pais e o desenvolvimento de comportamentos agressivos nos filhos, especialmente entre os homens.

A teoria da aprendizagem social de Albert Bandura (1977) é uma das principais influências nas explicações diádicas para a violência doméstica. Segundo Bandura (1979), a aprendizagem dos comportamentos ocorre através da observação e imitação de modelos significativos, especialmente dos pais. Quando uma criança observa comportamentos violentos a serem punidos ou reforçados em casa, pode eventualmente vir a adotar esses comportamentos nos seus próprios relacionamentos no futuro. Este processo de modelagem é um mecanismo central na formação do comportamento violento. A violência, sob esta ótica, não é vista como uma característica inata do indivíduo, mas como um comportamento aprendido ao longo da vida (Bandura, 1979). Mais recentemente, continua a defender-se a teoria de que, a violência

doméstica é uma resposta frequentemente aprendida através de modelos de socialização, que incluem punição física e comportamentos autoritários (Pinto, 2018).

Além das teorias de aprendizagem social e intergeracional, o papel das normas de gênero na formação dos comportamentos violentos também se mostra relevante. Alguns autores (Arias, 2004; Mihalic & Elliot, 1997) apontam que, crianças expostas à violência doméstica tendem a reproduzir padrões de gênero que as colocam em posições desiguais nos relacionamentos adultos. Este padrão de socialização é especialmente perceptível em crianças do sexo feminino, que ao longo do seu desenvolvimento se confrontam com a vitimização de outras mulheres, e que no futuro mostram uma tendência para adotar uma posição submissa dentro do seu relacionamento (Correia & Mota, 2016). Mais ainda, a exposição à violência doméstica na infância, parece afetar de forma significativa a forma como, os adultos, lidam com o conflito no seu próprio relacionamento (Wagar & Rodway, 1995).

Contudo, ainda que as teorias intergeracionais e diádicas ofereçam uma compreensão importante para o fenómeno da violência doméstica, não explicam todas as situações que ocorrem no âmbito da violência doméstica. Bountress e colaboradores (2016) encontraram poucas exceções à relação entre valores morais normalizadores da violência e a vitimação na infância. No entanto, como apontado por outros autores, nem todas as crianças que crescem em lares violentos se tornam agressores ou vítimas na sua vida adulta (Margolin, 2005).

TEORIA DA RODA DO PODER E DO CONTROLO

Por fim, a teoria da Roda do Poder e do Controlo, criada e desenvolvida no âmbito do *Duluth Domestic Abuse Intervention Project* (1984), por Ellen Pence, foi uma ferramenta amplamente utilizada para compreender a dinâmica da violência doméstica. Esta “roda do poder e do controlo” ilustra como os agressores utilizam diversas formas de abuso, para manter o controlo sobre a vítima e perpetuar uma relação de poder desiguais (Pence & Paymar, 1993). O desenvolvimento deste modelo mostrou-se muito útil para entender a complexidade da

violência doméstica, pois esta não se limita apenas à forma de agressão física, mas também às estratégias emocionais, psicológicas, financeiras e até espirituais utilizadas, todas com o objetivo de manter a vítima numa posição de subordinação no seio da relação (Dutton, 2020).

A “roda do poder e do controlo” é composta por várias táticas que os agressores utilizam para manter o domínio sobre a vítima, restringindo a sua liberdade e autonomia. Cada tática contribui para a perpetuação do ciclo de abuso, criando um ambiente no qual a vítima se sente cada vez mais impotente e isolada (Pence & Paymar, 1993). Entre as táticas mais comuns, destacam-se: (1) o isolamento, onde o agressor impede a vítima de manter relações sociais, limitando o seu contato com amigos e familiares; (2) o controlo financeiro, através do controlo de acesso da vítima ao dinheiro, limitando as suas opções e autonomia; (3) ameaças e intimidação, através da utilização de ameaças de violência física, emocional ou até mesmo suicídio caso a vítima se recuse a obedecer ou tente fugir; (4) o uso dos filhos, também pode ser uma estratégia utilizada pelo agressor através da manipulação, ameaçando prejudicar os filhos ou usá-los como uma forma de pressão; e ainda, (5) a violência psicológica, fazendo com que a vítima duvide da sua sanidade e autoestima, ao desvalorizá-la e manipulando as suas emoções. Estas estratégias servem essencialmente para controlar a vítima de forma que esta se sinta “*sem saída*”, vendo-se muitas vezes “*presa*” emocionalmente, economicamente e psicologicamente, com pouca ou nenhuma capacidade de escapar dessa dinâmica abusiva (Pence & Paymar, 1993).

Em contraste à “roda do poder e do controlo”, foi também desenvolvida no seguimento do *Duluth Domestic Abuse Intervention Project*, a “roda da igualdade”, que procurou ilustrar, ao invés das características que compõem uma relação abusiva, em que aspetos se enquadra uma relação saudável. A “roda da igualdade” destaca comportamentos e atitudes que promovem uma relação de respeito mútuo, igualdade e cooperação entre o casal (Pence & Paymar, 1993). Entre as práticas destacadas, é possível destacar: (1) a tomada de decisões conjuntas; (2) o respeito pelos direitos e necessidades do outro; (3) uma resolução de conflitos saudável; e (4) igualdade no poder e no controlo. Estas práticas refletem o que seria uma

dinâmica relacional saudável, na qual o poder é partilhado e o casal se apoia mutuamente. Assim, a Roda da Igualdade foi desenvolvida enquanto representação do que é esperado acontecer no seio de uma relação saudável, em oposição às estratégias manipuladoras denunciadas pela *“roda do poder e do controlo”*.

As estratégias de controlo que constam na *“roda do poder e do controlo”* do projeto realizado por Pence (1993) são fundamentais para compreender, ainda aos dias de hoje, como os agressores mantêm o poder sobre a vítima. Esta abordagem vai de encontro ao capítulo desenvolvido anteriormente, onde se destacou a teoria de Walker (1979) que explica como esses mecanismos de controlo não são apenas um reflexo da violência física, mas fazem parte de um ciclo que visa limitar as opções da vítima, tornando a rutura da relação muito mais difícil. Não obstante, é possível perceber que, a violência psicológica, se pode mostrar tanto ou mais devastadora quanto a violência física (APAV, 2025). Mesmo quando não se encontram sinais de agressão visíveis, o comportamento abusivo continua a afetar profundamente a vítima, criando um ambiente de constante medo e tensão. Mais ainda, é muito comum a utilização frequente da culpa, vergonha e da confusão por parte do agressor, na tentativa de desacreditar as queixas da vítima e fazer com que esta duvide de si mesma e da sua própria perceção da realidade (Pinto, 2018).

A *“roda do poder e do controlo”* oferece uma visão muito clara e sistemática, de como a violência doméstica é exercida de diferentes formas, através de táticas físicas, emocionais e financeiras. A compreensão destas dinâmicas mostra-se importante para a identificação, prevenção e intervenção em casos de violência doméstica, permitindo que tanto os profissionais quanto as vítimas compreendam as estratégias abusivas que estão a ser exercidas e procurem ajuda para quebrar o ciclo de violência (APAV, 2025).

CAPÍTULO II: ESTUDO EMPÍRICO

OBJETIVOS E HIPÓTESES DE INVESTIGAÇÃO

Considerando os resultados e a revisão da literatura apresentada previamente, incluindo a definição e pertinência dos construtos em estudo, este trabalho tem como **objetivo geral** compreender e analisar a influência de três variáveis – suporte familiar e social; crenças sobre a violência conjugal e da dependência emocional - no envolvimento em relacionamentos abusivos numa amostra de mulheres portuguesas. Este trabalho decompõe-se ainda em *três objetivos específicos*.

O *primeiro objetivo específico* propõe-se a avaliar a relação entre a qualidade do suporte social e familiar e o envolvimento, à data da realização do estudo, num relacionamento abusivo. A pertinência deste objetivo assenta na ideia de que, na sequência da insuficiência da qualidade do suporte social e familiar, podem ocorrer algumas consequências negativas nas relações pessoais, e nas experiências emocionais que esses indivíduos vão posteriormente estabelecer, especialmente no que diz respeito a relacionamentos abusivos ou violentos (Silva, 2020). Desta forma, seria expectável reconhecer que as mulheres que revelam um maior suporte social e familiar são as que nunca viveram um relacionamento abusivo, ou que até, já viveram essa experiência, mas a terminaram. Para a concretização deste objetivo o suporte familiar e social foi avaliado pela “*Escala de Satisfação com o Suporte Social (ESSS)*”, de Pais Ribeiro (1994), que contém em si ainda, quatro sub-escalas que medem: a satisfação com os amigos, com a intimidade, a família e as atividades sociais realizadas.

O *segundo objetivo específico* pretende comparar os níveis de dependência emocional entre as mulheres que nunca viveram um relacionamento abusivo e as que já viveram e ainda o vivem atualmente. A pertinência deste objetivo assenta na teoria de que, mulheres com níveis mais altos de dependência emocional são mais suscetíveis à experiência deste tipo de relacionamento. Assim como, pela influência que a violência pode exercer no seu bem-estar psicológico e emocional (Urbiola & Iruarrizaga 2017). Desta forma, seria expectável verificar

que o grupo de mulheres que apresenta maiores níveis de dependência emocional, será o que ainda vive atualmente um relacionamento abusivo. Para a concretização deste objetivo a dependência emocional foi avaliada pelo “*Questionário de Dependência Emocional (QDE)*”, de Rodrigues e Arantes (2021).

O *terceiro objetivo específico* visa identificar e analisar quais as fontes de suporte mais indicadas pelas vítimas no processo de término do relacionamento abusivo, assim como, os principais indicadores que estas apontam (participantes que já viveram ou ainda vivem um relacionamento abusivo) ter sido os responsáveis pela permanência nesse relacionamento. A relevância deste objetivo justifica-se pela importância em perceber o papel que o suporte familiar e social teve, ou tem, na vida das mulheres que experienciam este tipo de relacionamento. Assim como, se este pode ter identificado como um fator de risco ou de proteção neste fenómeno. Segundo Silva (2020) um ambiente familiar que oferece suporte emocional, segurança e educação sobre limites e respeito é essencial na formação de indivíduos com autoconfiança e habilidades para reconhecer e evitar relações menos positivas. Na sequência da insuficiência da qualidade do suporte familiar, podem ocorrer algumas consequências negativas nas relações pessoais e nas experiências emocionais, que esses indivíduos vão posteriormente estabelecer, especialmente no que diz respeito a relacionamentos abusivos. Segundo Madeiros et al. (2022), podemos reconhecer a baixa autoestima e falta de autoconfiança, a necessidade de aceitação e afeição, a incapacidade de reconhecer limites saudáveis, o isolamento e vulnerabilidade, e a dificuldade em sair de relacionamentos abusivos em vínculos de um fraco suporte familiar. Para avaliar os indicadores apontados pelas participantes foram realizadas duas perguntas obrigatórias no *questionário sociodemográfico*, de campo aberto, para que pudessem identificar claramente com as suas palavras, os motivos que as fizeram *ficar* e *sair* do relacionamento abusivo.

Com base nestes objetivos e na revisão da literatura previamente apresentada, foram definidas as seguintes hipóteses de investigação:

1. Hipótese 1 (H₁): Espera-se que, as participantes que apresentem níveis de satisfação com o suporte social e familiar mais baixos, sejam as já viveram ou ainda se encontram a viver atualmente, um relacionamento abusivo.
2. Hipótese 2 (H₂): Espera-se que as participantes que ainda vivem o relacionamento abusivo tenham uma perceção menos positiva do seu suporte familiar;
3. Hipótese 3 (H₃): Espera-se que, o motivo mais apontado pelas participantes para conseguirem sair do relacionamento seja o apoio do suporte familiar e social;
4. Hipótese 4 (H₄): Espera-se que, o grupo de participantes que vive atualmente um relacionamento abusivo seja o que apresente níveis mais altos de dependência emocional;
5. Hipótese 5 (H₅): Espera-se que, o principal fator apontado pelas participantes para a permanência no relacionamento abusivo, seja a dependência emocional;
6. Hipótese 6 (H₆): Espera-se que as participantes que já viveram ou ainda estão a viver um relacionamento abusivo apresentem resultados superiores relativamente às crenças de violência conjugal.

MÉTODO

O presente estudo apresenta um *design* transversal e de comparação. O seu plano metodológico consiste numa investigação de cariz empírico com a aplicação de instrumentos de natureza quantitativa.

PARTICIPANTES

A amostra do estudo era, inicialmente, composta por 163 participantes do sexo feminino. Contudo, treze participantes foram excluídas por não cumprirem o critério de inclusão relacionado com o sexo e com a idade. Por consequência, a amostra total é composta por 150 participantes do sexo feminino, com idades compreendidas entre os 20 e os 50 anos de idade ($M = 26$ anos, $DP = 7.09$, [20-50 anos]), de nacionalidade portuguesa. Destas 150 participantes, 50 viveram um relacionamento abusivo no passado (no prazo máximo de 10 anos), 50 encontravam-se a viver o relacionamento abusivo no momento e as restantes 50 nunca tinham vivido este tipo de relacionamento. O objetivo foi colocar os três grupos em carácter de igualdade a nível de amostra e analisar a dispersão de respostas e respostas relativamente às variáveis em estudo.

O **processo de amostragem** foi realizado por conveniência e por bola de neve, tendo sido partilhado por, e para, mulheres que cumprissem com os requisitos pedidos à participação no estudo. Para serem integradas no estudo, as participantes teriam, primeiramente, de ter idades compreendidas entre os 20 e os 50 anos. Por sua vez, os critérios de exclusão definidos foram: (a) indivíduos do sexo masculino; (b) indivíduos com idades fora do intervalo pretendido, ou seja, com idades inferiores a 20 anos e superiores a 50 anos, e (c) mulheres que não conheçam ou revelem não ter contacto com a sua rede familiar, por se tratar de um estudo que pressupõe a avaliação da relação com esta rede. Este último requisito seria assegurado pelas perguntas seguintes, que questionam características do relacionamento com o suporte familiar.

Passando à caracterização sociodemográfica da amostra, quanto ao estado civil das participantes há uma clara predominância de mulheres solteiras, totalizando 140 mulheres (93%) das 150 mulheres que compõem a amostra. As restantes mulheres, dividem-se de forma equitativa entre participantes casadas ($n = 5$; 3%) e divorciadas ($n = 5$; 3%). Esta distribuição sugere que a amostra é composta, maioritariamente, por mulheres que não se encontram, à data do estudo, vinculadas por uma relação conjugal formal. Tal não significa que não se encontrassem em relações amorosas, pois a maior parte da amostra (62%) afirmou “*estar em um relacionamento*”. Tal como observado na variável anterior (idade), esta tendência pode refletir o perfil sociodemográfico do público mais representado no estudo — nomeadamente mulheres jovens (maioritariamente entre os 20 e os 30 anos), para quem a formalização de uma relação conjugal ainda poderá não ser uma realidade comum.

Quanto à escolaridade, grande parte das participantes indicou um nível de escolaridade superior, com destaque para as mulheres que têm o *ensino superior — licenciatura*, representando metade da composição da amostra (50%). Seguindo-se o grupo de ensino secundário, que incluiu 56 das participantes (37%), e em menor proporção, o *ensino superior — mestrado*, com 17 (11%) participantes. Apenas 2 (1%) afirmaram ter o ensino básico. Por fim, a tabela abaixo apresenta também o o estatuto laboral das participantes do estudo, onde é possível perceber que a maioria (53%) se encontra atualmente *com emprego*. A segunda maior percentagem pertence ao grupo de *estudantes* (42%), enquanto apenas 8 participantes (5%) indicaram estar *desempregadas*. O elevado número de mulheres estudantes ($n = 63$, 42%) estará relacionada com o facto de a amostra ser predominantemente jovem, com a faixa etária maioritária a situar-se entre os 20 e os 30 anos.

Tabela 1

Caracterização da amostra

	<i>N</i>	<i>%</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>Min-Max</i>
Idade (n=150)			25.67	7.09	20-50

	20-30	124	83%
	31-40	15	10%
	41-50	11	7%
Estado Civil			
	Solteira	140	93%
	Casada	5	3%
	Divorciada	5	3%
	Viúva	0	0%
Habilitações			
Literárias			
	Ensino Básico	2	1%
	Ensino Secundário	56	37%
	Ensino Superior- Licenciatura	75	50%
	Ensino Superior- Mestrado	17	11%
Estatuto Laboral			
	Estudante	63	42%
	Com Emprego	79	53%
	Desempregada	8	5%

No que diz respeito à **perceção que cada participante tinha da sua rede de suporte familiar**, foram colocadas quatro questões com vista à análise da eventual rede de suporte. À pergunta, “*considera ter uma boa rede de suporte familiar?*” das 150 participantes, 84 mulheres responderam que “*sim*” (56%), enquanto apenas 12 mulheres afirmaram não considerar ter uma boa rede de suporte familiar (8%). Na pergunta, “*com que frequência mantém contacto com a sua família?*”, a maioria das participantes respondeu manter um contacto *diário* com os seus familiares, constituindo um total de 124 participantes (83%), enquanto 22 (15%) afirmaram mantê-lo apenas “*semanalmente*” e apenas uma participante (2%) mencionou mantê-lo “*raramente*”. A terceira questão colocada às participantes foi “*sentem-se à vontade para partilhar os seus problemas pessoais com a sua família.?*”, a maioria respondeu “*às vezes*”, correspondendo a 68 mulheres (45%). Uma boa parte das participantes (36%)

respondeu “sim”, que se sentia “à vontade”. Contudo, um número considerável de mulheres - 28 mulheres (19%), afirmaram não se sentir à vontade para partilhar os seus problemas. Estes resultados são coerentes com as respostas obtidas à quarta pergunta, onde foi questionado se “em situações de conflito, sente que a sua família lhe oferece apoio?”. Neste caso, 52 mulheres (35%) responderam “às vezes”, ainda que a maioria (55%) tenha respondido “sim”. Houve ainda um total de 16 participantes (10%) que respondeu não sentir apoio por parte da família em situações de conflito.

INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO

O protocolo de recolha de dados utilizado nesta investigação consistiu, no preenchimento de um questionário sociodemográfico e clínico para a recolha de informação de algumas variáveis descritivas da população. Além da recolha de dados sociodemográficos, num primeiro momento, foi solicitada a leitura e assinatura do documento de consentimento informado onde cada participante confirmou a sua autorização de participação no estudo. Em conjunto com a aplicação do questionário sociodemográfico, foi aplicada a “*Escala de Satisfação com o Suporte Social*” (Pais Ribeiro, 1994) que permite avaliar o funcionamento, a perceção e a satisfação com a rede de suporte social e familiar. Foi também aplicado o “*Questionário de Dependência Emocional*” (Rodrigues e Arantes, 2021) – que permite avaliar o nível de dependência emocional que um indivíduo apresenta nos seus relacionamentos afetivos, especialmente relacionamentos conjugais, por fim, foi também aplicada a “*Escala de Crenças da Violência Conjugal*” (Machado et al., 2008), com o objetivo de avaliar as crenças normativas em relação à violência conjugal. Apresenta-se a seguir uma descrição pormenorizada de cada um dos instrumentos utilizados.

QUESTIONÁRIO SOCIODEMOGRÁFICO. O questionário sociodemográfico foi contruído pelo investigador e é composto, essencialmente, por três dimensões perfazendo um total de 29 itens. A primeira dimensão, destinou-se à recolha de dados pessoais como a idade, o sexo, o estado civil, as habilitações literárias, a profissão, se tem irmãos, filhos, com quem vive, onde

passa a maior parte do seu tempo, e se era portadora de alguma doença mental diagnosticada. Numa segunda dimensão foi questionado se se encontrava num relacionamento abusivo, se já tinha terminado, ou se nunca tinha experienciado esse tipo de relacionamento. Foi questionada a duração desse relacionamento no caso das participantes que responderam “sim”, há quanto tempo este tinha terminado e se existem filhos resultantes desse relacionamento. Não menos importante, foi nesta fase que foi solicitada às participantes a indicação direta em duas questões de pergunta aberta, os fatores que as levaram a manter o relacionamento, e os fatores que indicam ter sido os que as ajudaram a terminar esse relacionamento. Numa terceira dimensão foi questionado o relacionamento familiar das participantes, quanto à sua percepção do apoio que este lhes proporciona.

ESCALA DE SATISFAÇÃO COM O SUPORTE SOCIAL. A Escala de Satisfação com o Suporte Social (ESSS) é um instrumento da autoria de Pais Ribeiro (1994), amplamente utilizado para avaliar a satisfação de indivíduos com o suporte social que recebem. A ESSS é composta por 15 itens que avaliam quatro fatores principais: a satisfação com os amigos, grau de satisfação com o apoio emocional e social dos amigos; a intimidade, onde é avaliada a percepção de disponibilidade de alguém próximo para confidências; a satisfação com a família, que avalia o apoio emocional e instrumental por parte da família; e ainda, as atividades sociais, fator que avalia a participação em atividades com outras pessoas. Os 15 itens são respondidos em uma escala Likert de 5 pontos, onde: 1 = Muito insatisfeito; 2 = Insatisfeito; 3 = Nem satisfeito, nem insatisfeito; 4 = Satisfeito; e 5 = Muito satisfeito. A escala pode ser autoaplicada ou administrada pelo investigador, dependendo do contexto e da população alvo.

Relativamente às suas propriedades psicométricas, a Escala de Satisfação Social reportou um *Alpha de Cronbach* de $\alpha = .85$, que representa uma consistência interna do instrumento muito significativa. Na sua cotação, os scores de cada item são somados com vista ao *score* total de satisfação com o suporte social. A ESSS tem a particularidade de as subescalas também poderem ser analisadas separadamente para identificar áreas específicas de suporte que podem necessitar de intervenção ou melhoria. Os itens 4, 5, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15 encontram-

se invertidos, pelo que é necessária a recodificação das respostas para a devida cotação. As subescalas são cotadas através da média dos itens que as compõem, e por sua vez, a pontuação total da escola é obtida pela soma dos valores das subescalas. Pelo que, scores mais altos indicam uma maior satisfação com o suporte social recebido (Pais Ribeiro, 1994).

QUESTIONÁRIO DE DEPENDÊNCIA EMOCIONAL. O Questionário de Dependência Emocional é uma ferramenta psicométrica desenvolvida para medir o nível de dependência emocional em relacionamentos conjugais. Este instrumento avalia diferentes aspetos da dependência emocional como: o medo da solidão, a necessidade de exclusividade, a submissão ao parceiro, entre outros. Este instrumento foi originalmente desenvolvido em espanhol por Hoyos e Arredondo (2006) e, posteriormente, validado para a população portuguesa por Rodrigues e Arantes (2021), que mostraram sua eficácia em avaliar a dependência emocional de forma confiável. O Questionário é composto por diversos itens em formato de afirmações, respondidos em uma escala *Likert*, de 5 pontos, onde: 1 = Discordo totalmente; 2 = Discordo; 3 = Neutro; 4 = Concordo; 5 = Concordo totalmente.

O QDE cobre as seguintes dimensões: (1) Medo do término, ansiedade associada à possibilidade de término do relacionamento; (2) Medo da solidão, aversão à ideia de ficar sozinho; (3) Necessidade de acesso ao outro, desejo de estar constantemente em contato; (4) Submissão e subordinação, tendência a ceder aos desejos e vontades do outro, mesmo contra sua vontade; e (5) Desejo de exclusividade, exigência da sua atenção exclusiva. Os scores do Questionário de Dependência Emocional são calculados com base nas respostas dos participantes, onde a pontuação total reflete o nível de dependência emocional, sendo que, scores mais altos indicam uma maior dependência emocional (Rodrigues e Arantes, 2021).

Os resultados deste questionário são normalmente divididos em categorias, como: (1) Baixa dependência emocional – indicada por scores baixos, que sugerem que a pessoa tem uma autonomia emocional mais saudável e menos dependência de seu parceiro para validação e apoio emocional; (2) Moderada dependência emocional – scores intermediários refletem algum grau de dependência emocional, mas em níveis que podem ser considerados normais em muitos

relacionamentos; (3) Alta dependência emocional – scores altos indicam uma dependência emocional significativa, com características como o medo extremo de perder o companheiro, submissão, e ansiedade em estar longe dele, o que pode sugerir um risco maior para relacionamentos abusivos ou codependentes. O score final é geralmente obtido somando os pontos de todas as respostas, que resultará numa pontuação que interpretada de acordo com a categorização descrita acima.

A consistência interna do QDE reportou um *Alpha de Cronbach* de $\alpha = .95$, o que indica uma excelente consistência interna, onde os itens de se mostram bem correlacionados, medindo de forma coerente todo o construto e uma excelente fiabilidade.

ESCALA DE CRENÇAS DA VIOLÊNCIA CONJUGAL. A Escala de Crenças de Violência Conjugal (ECVC) foi desenvolvida para avaliar as crenças normativas e permissivas associadas à violência conjugal, particularmente em relacionamentos heterossexuais. Esta Escala procura principalmente, identificar padrões de pensamento que podem significar a perpetração ou a tolerância à violência conjugal. A ECVC visa medir as crenças individuais sobre a violência conjugal, incluindo a aceitação, justificação e percepção de situações de violência entre parceiros íntimos. A Escala é composta por um conjunto de 25 itens respondidos em uma escala de *Likert*, variando de: 1 = Discordo Totalmente; 2 = Discordo; 3 = Nem concordo nem discordo; 4 = Concordo; a 5 = Concordo Totalmente.

A Escala de Crenças da Violência Conjugal validade por Machado, et. al (2008), é um instrumento psicométrico com alto nível de fiabilidade que mede: (1) Justificação da Violência, crenças sobre se, e quando, a violência é justificada no contexto conjugal; (2) Minimização da Violência, percepção da gravidade das ações violentas e a tendência de minimizá-las; (3) Responsabilização da Vítima, crenças sobre a responsabilidade da vítima na ocorrência da violência; (4) Aceitação da Violência, nível de aceitação geral da violência como parte do relacionamento conjugal; (5) Percepção de Normalidade, crenças sobre a normalidade e a frequência esperada da violência em relacionamentos íntimos.

Relativamente às suas propriedades psicométricas, a ECVC reportou um *Alpha de Cronbach* de $\alpha = .93$, o que representa uma boa consistência interna e fiabilidade do instrumento. Quanto à sua cotação, os scores de cada item são somados para obter um score total para cada dimensão e um score geral de crenças sobre a violência conjugal. Scores mais altos indicam uma maior aceitação e justificativa da violência conjugal (Machado, et. al, 2008).

PROCEDIMENTO E TRATAMENTO ESTATÍSTICO DOS DADOS

O recrutamento e seleção de participantes decorreu via online e presencial, em aplicação direta no Gabinete de Apoio à Vítima de Almada da APAV em regime presencial.

Para isso, os três instrumentos de avaliação [*“Escala de Satisfação com o Suporte Social (ESSS)”*, *“Questionário de Dependência Emocional (QDE)”* e a *“Escala de Crenças de Violência Conjugal (ECVC)”*] foram colocados numa plataforma de recolha de dados online – *Google Forms*.

Antes de acederem aos questionários, foi exposta às participantes uma breve introdução sobre o estudo, com o intuito de dar a conhecer os seus objetivos, assim como uma descrição do respetivo protocolo de avaliação. Seguidamente, foi fornecido o consentimento informado (anexo A). Nesta secção da plataforma foram garantidos os pressupostos éticos que constam da Declaração de Helsínquia, tais como a confidencialidade e o anonimato das participantes e dos dados recolhidos. A utilização dos dados apenas para fins académicos, e a possibilidade de desistência das participantes sem consequências, se assim o entendessem, já que a participação era voluntária. Só quando as participantes aceitassem participar, clicando no botão para o efeito, é que a plataforma avançava para os instrumentos de recolha de dados propriamente ditos, ou seja, para os questionários.

Uma vez obtido o consentimento da participante, a etapa seguinte consistiu no preenchimento do questionário sociodemográfico, seguido pelos restantes instrumentos quantitativos descritos na secção “Instrumentos”. A recolha de dados teve início no dia 25 de

fevereiro de 2025 e terminou a 24 de abril de 2025. Foi realizada online, através do *Google Forms* e partilhada em diferentes redes sociais e em grupos destinados à recolha de dados para trabalhos académicos. Foi também possível realizar a recolha presencialmente, com a devida autorização da Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (APAV), mais concretamente no Gabinete de Apoio à Vítima de Almada. O Inquérito foi estruturado de forma a servir três grupos de aplicação: participantes que já viveram um relacionamento abusivo, participantes que ainda estão a viver esse relacionamento atualmente e ainda, participantes que nunca viveram um relacionamento abusivo.

Finalizada a recolha de dados, os dados obtidos pelos questionários aplicados foram inseridos na base de dados do software informático SPSS (Statistical Package for the Social Sciences – Versão 29.0.1). As análises de dados foram realizadas com recurso ao software IBM Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versão 29.0.1. Foram assumidos como resultados significativos um valor de significância inferior a .05.

No que diz respeito ao **tratamento estatístico dos dados**, num primeiro momento, procedeu-se a uma verificação criteriosa da *base de dados, identificação de erros e outliers*. Examinou-se as estatísticas descritivas em termos de tendência central e de dispersão das variáveis avaliadas neste estudo, tendo-se conduzido para o efeito, análises ao nível da média e desvio-padrão para as variáveis intervalares, e frequências para as variáveis nominais.

Com o objetivo de analisar os dados quanto à associação entre as diferentes variáveis em estudo recorreu-se aos testes de: *Correlação de Spearman* para analisar associações entre variáveis nominais, com efeito à eventual correlação entre os valores da variável *dependência emocional* e *satisfação com o suporte social*. Recorreu-se ao valor de magnitude do *r* como medida do *effect size* ou magnitude do efeito e, de acordo com o autor Cohen (1988, 1992), considerou-se .1, .3 e .5 como um efeito pequeno, moderado e grande, respetivamente. O teste de Qui-Quadrado foi utilizado para explorar as associações entre variáveis categóricas nominais e ordinais.

Com o objetivo de verificar se existem diferenças entre os resultados obtidos nos três grupos, recorreu-se à análise de normalidade da distribuição dos dados através do teste Kolmogorov-Smirnov para amostras independentes de grande dimensão. Tendo sido verificado que a amostra não seguia uma distribuição normal, foi seguida a Teoria do Limite Central de Pestana e Gageiro (2003), que afirma, no caso de existirem amostras superiores a 30 participantes a verificação da normalidade para a aplicação de testes paramétricos pode ser dispensada e os mesmos poderão ser igualmente utilizados. Foi então aplicada a *ANOVA* para verificar se existem diferenças quanto ao nível de dependência emocional; satisfação com o suporte social e crenças de violência conjugal nos três grupos de participantes: que já viveram, nunca viveram ou ainda vivem atualmente um relacionamento abusivo.

Com o objetivo de identificar *fatores de risco e proteção* para a experiência do relacionamento abusivo, foram colocadas duas questões abertas no questionário sociodemográfico, com vista à *categorização de conteúdo* que possa identificar direta e assertivamente os fatores que as participantes identificam ter sido responsáveis pelo término e período de permissão e permanência no relacionamento abusivo.

Foi ainda realizada a análise de regressão, com a regressão linear múltipla, para identificar o poder preditivo do suporte social e das crenças de violência conjugal no nível de dependência emocional. E ainda, a regressão logística para identificar a predição do envolvimento num relacionamento abusivo com as demais variáveis em estudo (satisfação com o suporte familiar e social, dependência emocional e crenças de violência conjugal).

RESULTADOS

Os resultados obtidos através da administração dos instrumentos que compõem o protocolo de investigação estão organizados em: (1) resultados descritivos para as variáveis avaliadas neste estudo; (2) estudos de associação entre as variáveis avaliadas neste estudo; (3) diferenças nas principais variáveis em estudo entre os três grupos de mulheres que compõem a amostra do estudo (mulheres que já viveram um relacionamento abusivo, mulheres que nunca viveram um relacionamento abusivo, e mulheres que ainda vivem atualmente um relacionamento abusivo); (4) estudo das diferenças nas variáveis principais em estudo de acordo com as variáveis sociodemográficas (e.g., o estatuto laboral, o tipo de relação com os irmãos e o diagnóstico de doença mental); e (5) apresenta-se ainda, uma análise de regressão para verificar o poder preditivo da satisfação com o suporte social e das crenças de violência conjugal no nível de dependência emocional.

RESULTADOS DESCRITIVOS

Apresentam-se nas Tabelas 2 e 3 os resultados descritivos das participantes quanto à sua rede de suporte familiar, nomeadamente, número de irmãos e a forma como caracterizam essa relação, a partir das questões colocadas no questionário sociodemográfico, dedicadas à dimensão da *rede de suporte familiar*.

Tabela 2

Quantidade de participantes que têm irmãos

	<i>n</i>	%
Sim	111	74%
Não	39	26%

A tabela 2 representa a distribuição de participantes que indicaram *ter* e *não ter*, irmãos. A maioria das participantes (74%) referiu *ter irmãos*, enquanto as restantes (26%) indicaram, *não ter irmãos*. Esta variável adquire particular relevância no contexto desta investigação,

sobretudo pelo facto de estarem a ser analisadas as dinâmicas familiares e os recursos de apoio familiar e social disponíveis para as mulheres que experienciam ou experienciaram relacionamentos abusivos. Mais ainda que disponíveis, perceber se existe a perceção de disponibilidade do suporte.

A elevada percentagem de participantes com irmãos (quase três quartos da amostra) permite aprofundar a análise da qualidade das relações familiares em articulação com outras variáveis do estudo. Neste sentido, foi realizada uma questão aberta, onde as participantes puderam indicar como descreveriam a sua relação com os seus irmãos. Como forma de descrição dos resultados obtidos foi realizada uma categorização desta relação, descrita na tabela seguinte (cf. Tabela 3).

Tabela 3

Caracterização da Qualidade da Relação com os irmãos

Codificação Numérica	Qualidade da relação com os irmãos	<i>n</i>	%
1	Excelente	37	33%
2	Positiva	39	35%
3	Razoável	13	12%
4	Negativa	22	20%

A tabela 3 apresenta, de entre as participantes que afirmaram ter irmãos ($n = 111$), a perceção que as mesmas têm da qualidade da mesma. De forma geral, observa-se que a grande maioria das participantes (68%) classificam essa relação como positiva, dividindo-se entre as categorias *excelente* (33%) e *positiva* (35%). Estes dados indicam que, para uma parte significativa da amostra, os irmãos representam uma figura de proximidade, afetividade e, potencialmente, de suporte emocional.

Neste sentido, seria importante perceber se as relações positivas se distribuem de igual forma entre os grupos de participantes em estudo: (1) mulheres que já viveram um relacionamento abusivo; (2) mulheres que ainda estão a viver um relacionamento abusivo; e (3)

mulheres que nunca viveram este tipo de relacionamento. Uma descrição mais pormenorizada é apresentada na Tabela 4 (cf. Tabela 4).

Tabela 4

Relação com os irmãos nos diferentes grupos de participantes

Qualidade da relação com os irmãos	Já viveu o quê?		Ainda vive o quê?		Nunca viveu o quê?	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
Excelente	14	36%	3	9%	21	57%
Positiva	10	26%	16	47%	12	32%
Razoável	6	15%	6	18%	0	0%
Negativa	9	23%	9	26%	4	10%

Esta categorização permite explorar as potenciais diferenças nos relacionamentos familiares de acordo com a experiência de envolvimento num relacionamento abusivo. Os resultados revelam que os participantes que *nunca viveram um relacionamento abusivo* tendem a apresentar uma perceção substancialmente mais positiva da relação com os irmãos (57%) classificando-a como *excelente* e apenas (10%) uma pequena parte como *negativa*. Este grupo evidencia também a total ausência da categoria *razoável*, o que poderá indicar que, na ausência de experiências relacionais abusivas, a relação com os irmãos tende a ser percecionada de forma mais polarizada, embora amplamente positiva.

Em contraste, as participantes que *ainda se encontram a viver um relacionamento abusivo*, expressam uma perceção menos favorável dessa relação familiar. Apenas uma pequena parte (9%) a classificou como *excelente*, sendo este o valor mais baixo entre os três grupos de mulheres. A maioria (47%) descreve a relação como positiva, enquanto as restantes (26%) a consideram *negativa* e *razoável* (18%). Relativamente ao grupo que *já viveu um relacionamento abusivo*, situa-se numa posição intermédia. Uma parte considerável das participantes (36%)

refere ter uma relação excelente com os irmãos, e 26% descrevem-na como *positiva*. No entanto, uma considerável percentagem (23%) também indicou ter uma relação *negativa e razoável* (15%).

Relativamente às questões colocadas no questionário sociodemográfico a percepção das participantes quanto ao suporte familiar que têm disponível, obtiveram-se os resultados descritos na Tabela 5 (cf. Tabela 5).

Tabela 5

Qualidade da Rede de Suporte Familiar

	Considera ter uma boa rede de suporte familiar?		Sente-se à vontade para partilhar os seus problemas com a sua família?		A sua família participa ativamente na sua vida?		Em situações de conflito, sente que a sua família lhe oferece apoio?	
	<i>n</i>	(%)	<i>n</i>	(%)	<i>n</i>	(%)	<i>n</i>	(%)
Sim	84	56%	54	36%	85	57%	82	55%
Não	12	8%	28	19%	10	6%	16	10%
Em Parte	54	36%	68	45%	55	37%	52	35%

No total, a maioria das participantes ($n = 84$, 56%) consideraram ter uma boa rede de suporte familiar, enquanto as 54 mulheres reportaram apresentar “*em parte*” esse suporte (36%) e 12 referem mesmo não dispor deste tipo de suporte (8%).

Quanto à disponibilidade para partilhar problemas com a família, 54 participantes (36%) afirmaram sentir-se “*à vontade*” para o fazer, ao passo que 68 mulheres (45%) disseram sentir-se assim apenas “*em parte*”. Uma considerável parte das participantes (19%), relatou mesmo não se sentir confortável para partilhar os seus problemas com os membros da família.

No que se refere à participação ativa da família na vida das participantes, a maioria (57%) indicou que a sua família está presente de forma ativa, enquanto apenas uma pequena parte (6%) afirmou uma ausência de participação ativa da sua rede familiar.

Por fim, relativamente à percepção de apoio em situações de conflito, novamente, a maioria das participantes (55%) relatou sentir que a família lhe oferece apoio, enquanto apenas uma pequena parte (10%) afirmou não sentir esse suporte.

Estes dados indicam uma tendência geral positiva na percepção de suporte familiar, embora uma proporção significativa dos participantes revele relações familiares ambivalentes, especialmente no que diz respeito à partilha de problemas e ao apoio em momentos de conflito. Será importante ressaltar que nesta análise constam as respostas dos três grupos em estudo. Para melhor entendermos se existe diferença na forma como os diferentes grupos percebem a sua rede de suporte, foi realizada a seguinte análise descrita na Tabela 6 (cf. Tabela 6).

Tabela 6

A Qualidade da Rede de Suporte Familiar por Grupo (grupo de mulheres que viveram um relacionamento abusivo no passado, mulheres que vivem um relacionamento abusivo atualmente e mulheres que nunca viveram este tipo de relacionamento)

	Já viveu um relacionamento abusivo?		Está a viver um relacionamento abusivo?		Nunca viveu um relacionamento abusivo?	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
Considera ter uma boa rede de suporte familiar?	Sim	54%	Sim	34%	Sim	80%
	Não	12%	Não	10%	Não	2%
	Em Parte	17%	Em Parte	56%	Em Parte	18%
Sente-se à vontade para partilhar os seus problemas com a sua família?	Sim	40%	Sim	4%	Sim	64%
	Não	22%	Não	26%	Não	8%
	Em Parte	38%	Em Parte	70%	Em Parte	28%
A sua família participa ativamente na sua vida?	Sim	50%	Sim	44%	Sim	76%
	Não	12%	Não	8%	Não	0%
	Em Parte	38%	Em Parte	48%	Em Parte	24%
Em situações de conflito, sente que a sua família lhe oferece apoio?	Sim	50%	Sim	32%	Sim	82%
	Não	16%	Não	16%	Não	0%
	Em Parte	34%	Em Parte	52%	Em Parte	18%

A tabela 6 apresenta a percepção que as participantes indicaram ter da sua rede de suporte familiar considerando a divisão das mesmas em três grupos. Entre as participantes que *nunca viveram um relacionamento abusivo*, a grande maioria (80%) afirmou ter uma boa rede de suporte familiar, enquanto apenas uma pequena percentagem (2%) não reconheceu ter esse apoio. Sendo este o grupo que apresenta a percepção mais positiva do suporte familiar. Em contraste, entre as participantes que *ainda estão a viver o relacionamento abusivo*, uma quantidade muito menor (34%) relatou ter uma boa rede de suporte, apontando a maioria (56%) tê-lo apenas "em parte", e algumas participantes afirmaram mesmo não o ter (10%). Verificando-se como a dúvida ou mesmo ausência desse suporte sobe substancialmente.

Entre as participantes que *já viveram um relacionamento abusivo* no passado, a maioria (54%) afirmou ter uma boa rede, mas uma relevante quantidade de participantes (29%) também expressou dúvidas ou percepções negativas (17% "em parte" e 12% "não"). A percepção de ter uma boa rede de suporte familiar, parece assim, estar inversamente relacionada à vivência de relações abusivas. Quanto maior a percepção de suporte, menor a exposição atual ou passada a situações abusivas.

Note-se ainda, que apenas uma pequena parte (4%) das participantes que *ainda estão a viver o relacionamento abusivo* relatam sentir-se confortáveis para partilhar os seus problemas com a sua família, mas a grande maioria (70%) refere sentir isso apenas em determinados momentos.

Não obstante, entre as participantes que *nunca experienciaram este tipo de relacionamento*, a maioria das mulheres (64%) sente-se "à vontade" para partilhar os seus problemas, e apenas uma pequena percentagem delas (8%) não a sente. Já entre o grupo que *já viveu um relacionamento abusivo* no passado, algumas relataram sentir-se "à vontade" (40%), enquanto a maioria relatou não se sentir "à vontade", ou sentir-se "à vontade" apenas "em parte" (60%). A abertura emocional no seio familiar parece assim ser consideravelmente mais restrita entre as mulheres que ainda vivem a experiência de um relacionamento abusivo atualmente.

Quanto à participação ativa da família, entre o grupo que *nunca viveu um relacionamento abusivo*, a maioria das participantes (76%) afirmou que a família participa ativamente na sua vida, não tendo nenhuma delas indicado uma resposta negativa.

Já no grupo que *ainda vive atualmente esse relacionamento*, a maioria das participantes indicou que essa participação acontece apenas “*em parte*”, ou não acontece de todo (56%). Quanto ao grupo de participantes que *já viveu esse relacionamento*, metade (50%) indicou perceber uma participação ativa, mas quase um quarto das participantes também afirmou (12%) não existir essa participação. A presença ativa da família parece assim atuar como fator protetor, verificando-se que a mesma é mais presente entre os indivíduos que nunca experienciaram relacionamentos abusivos.

Relativamente à questão do apoio que se percebe receber da sua rede familiar, em situações de conflito, a esmagadora maioria (82%) que *nunca viveu um relacionamento abusivo* afirmou sentir esse apoio, verificando-se mesmo um resultado nulo (0%) a essa pergunta. Contudo, esse valor reduz substancialmente (32%) no grupo de participantes que *ainda se encontra a viver um relacionamento abusivo*. Mesmo o grupo que já experienciou um relacionamento abusivo e já o terminou, mostrou resultados menos positivos, sendo que apenas metade (50%) das participantes relatou sentir esse apoio.

No questionário aplicado às participantes do presente estudo (as que vivem e as que já viveram um relacionamento abusivo, $n = 100$), foram também colocadas questões sobre os motivos/fatores responsáveis pela sua permanência no relacionamento abusivo. Neste sentido, para aquelas que já não se encontram num relacionamento abusivo foi pedido que indicassem também, aqueles que consideram ter sido os motivos que as motivaram a sair do relacionamento. Esta resposta foi obtida de forma direta, em formato de resposta aberta, de forma anónima e confidencial como parte integrante do questionário sociodemográfico respondido em formato online. Esta questão foi colocada com o intuito de categorizar de forma clara os fatores protetores e os fatores de risco que podem impactar o envolvimento num relacionamento abusivo, ora promovendo a “*entrada*” no mesmo ora facilitando a “*saída*”.

Deste modo, procedeu-se a uma categorização das respostas obtidas nas duas seguintes questões: “*Que fatores identifica que a ajudaram a sair desta relação?*” e “*Que fatores considera terem dificultado o término?*”. Apresentam-se os resultados na Tabela 7 (cf. Tabela7).

Tabela 7

Fatores que influenciaram o término da relação abusiva

Factores que influenciaram o término da relação abusiva	<i>n</i>	%
Apoio do Suporte Familiar	14	28%
Apoio do Suporte Social (amigos)	5	10%
Apoio Psicológico	5	10%
Insatisfação com a relação	10	20%
Consciência do quadro abusivo da relação	10	20%
Não soube identificar	6	12%

Nota. *n* = número de participantes que mencionaram a resposta; % = percentagem calculada com base nas respostas totais

A questão em análise foi colocada no questionário sociodemográfico aplicado a todas as participantes em estudo, contudo, apenas as participantes que viveram um relacionamento abusivo no passado e já o terminaram, puderam responder a esta questão, sendo, por isso, recolhidas 50 (cinquenta) respostas. Contudo das 50 (cinquenta) participantes inquiridas, apenas 44 (quarenta e quatro) indicaram um ou mais dos fatores evidenciados na tabela 13, enquanto as restantes 6 (seis) responderam “*não sei identificar*”.

Os resultados obtidos evidenciaram os fatores apontados pelas participantes como determinantes para o término da relação abusiva, que remeteram, maioritariamente, para a importância das redes de apoio, e também, para a consciencialização do carácter alarmante de determinados comportamentos dentro de uma relação. O apoio do suporte familiar foi o fator mais referido entre as participantes (28%), o que corroborou a hipótese de investigação em estudo que versa exatamente sobre a influência dessa variável na vivência de um relacionamento abusivo. Também a tomada de consciência do quadro abusivo se mostrou

significativo (20%), que se traduz no fundo, num momento de “*viragem cognitiva*”, em que a vítima reconhece os comportamentos vivenciados como violência, nomeando-os como tal. Esta tomada de consciência pode surgir por diversos meios e redes de suporte, inclusive pela intervenção do suporte familiar e social, ou por exemplo, pelo acompanhamento psicológico. A relevância da insatisfação com a relação apontada pelas participantes (20%) demonstra que, para além da violência explícita, o desgaste emocional e afetivo também contribui para a decisão de término. Por sua vez, o apoio psicológico (10%), embora com menor frequência relativa, constitui um elemento relevante, que pode inclusivamente ser condicionado por fatores como a sensibilização para a sua importância ou a resistência individual à procura de ajuda.

Analisemos agora os fatores que as participantes indicaram ter influenciado a sua permanência na relação abusiva, descritos na Tabela 8 (cf. Tabela 8).

Tabela 8

Fatores que influenciaram a permanência na relação abusiva

Fatores que influenciaram a permanência na relação	<i>n</i>	%
Dependência Emocional	58	58%
Dependência Financeira	4	4%
Manipulação	1	1%
Falta de informação/consciência sobre o quadro abusivo	3	3%
Falta de Apoio Familiar e Social	17	17%
Medo	7	7%
Filhos em comum	3	3%
Não soube identificar	7	7%

Nota. *n* = número de participantes que mencionaram a resposta; % = percentagem calculada com base nas respostas totais

Neste caso, não só as participantes que *viveram um relacionamento abusivo no passado que já terminou*, como, as participantes que *ainda estão a viver o relacionamento abusivo atualmente*, puderam responder a esta questão. Foram, por isso, recolhidas 100 (cem) respostas. Contudo das 100 (cem) participantes inquiridas, apenas 93 (noventa e três) indicaram um ou

mais dos fatores evidenciados na tabela 14, enquanto as restantes 7 (sete) participantes responderam “*não sei identificar*”.

Os resultados obtidos sobre os fatores que influenciaram a permanência das participantes na relação abusiva revela uma predominância clara da **dependência emocional**, apontada pela maioria das participantes (58%). Em segundo lugar, surge a falta de apoio familiar e social (17%). Também o medo se revelou um fator muitas vezes catalisador da permanência no relacionamento (7%).

Outros fatores referidos, ainda que com menor frequência, como a manipulação (1%), a dependência financeira (4%) e a existência de filhos em comum (3%), apontam para mecanismos de controlo frequentemente presentes nas dinâmicas relacionais abusivas.

Apresentam-se em seguida os resultados descritivos para cada um dos instrumentos usados para avaliar as principais variáveis em estudo.

Escala de Satisfação com o Suporte Social. A Tabela 9 regista as estatísticas descritivas das subescalas da “*Escala de Satisfação com o Suporte Social (ESSS)*”, correspondentes às quatro dimensões do suporte: amigos, intimidade, família e participação social.

Tabela 9

Medidas descritivas para a Escala de Satisfação com o Suporte Social

	<i>N</i>	<i>Min-Max</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>
Satisfação com Amigos	150	4-24	17.16	5.27
Intimidade	150	2-18	11.68	3.82
Satisfação com a Família	150	3-15	10.07	3.19
Atividades Sociais	150	0-12	5.8	3.39
Total	150	11-69	44.71	12.73

Como se pode observar na tabela 9, quanto ao score do suporte social total ($M = 44.71$, $DP = 12.73$), podemos verificar um valor mínimo relativamente moderado, e um máximo muito próximo ao extremo da satisfação. Quanto às subescalas em particular, verificam-se valores mínimos muito baixos, que indicam uma alta insatisfação com o suporte social, sendo a subescala de *satisfação com os amigos*, aquela que reportou valores mais altos. A “Escala de Satisfação Social (ESSS)” reportou um *Alpha de Cronbach de* $\alpha = .898$, que representa uma consistência interna do instrumento muito significativa. A escala ESSS tem ainda a particularidade de apresentar quatro subescalas que podem também ser analisadas separadamente para identificar áreas específicas de suporte que podem necessitar de intervenção ou melhoria, razão pela qual foi também calculado o *Alpha* de cada uma das subescalas: “Satisfação com os amigos” - $\alpha = .895$; “Intimidade” - $\alpha = .738$; “Satisfação com a Família” - $\alpha = .816$ e, “Atividades sociais” com $\alpha = .702$.

Questionário de Dependência Emocional. Na Tabela 10 apresentam-se os resultados descritivos para a dependência emocional, em particular, no seio das relações íntimas, avaliada através do “Questionário de Dependência Emocional (QDE)”.

Tabela 10

Medidas descritivas para a Dependência Emocional

	<i>N</i>	<i>Min-Max</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>
Dependência Emocional	150	0-109	39.87	25.47

Encontra-se nesta variável, o valor mínimo mais baixo registado e um valor máximo elevado, muito próximo da pontuação máxima (115). Relativamente à média de resultados obtidos, esta enquadra-se dentro do nível mais moderado de dependência emocional, ou seja, com valores de scores baixos e outros um pouco mais altos ($M = 39.87$, $DP = 25.47$). É possível verificar também através do desvio padrão, uma oscilação muito grande entre resultados, o que

pode estar relacionado com a variável dependente em estudo — a existência do relacionamento abusivo. A consistência interna do QDE reportou um *Alpha de Cronbach* de $\alpha = .936$, o que indica uma excelente consistência interna, onde os itens se mostram bem correlacionados, medindo de forma coerente todo o construto e uma excelente fiabilidade.

Escala de Crenças de Violência Conjugal. Por fim, verificamos na Tabela 11, os resultados descritivos das crenças permissivas de violência conjugal das participantes em estudo, recolhidas através da “*Escala de Crenças de Violência Conjugal (ECVC)*”.

Tabela 11

Medidas descritivas para a Escala de Crenças de Violência Conjugal

	<i>N</i>	<i>Min-Max</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>
Crenças de violência conjugal	150	0-87	7.42	12.47

Verifica-se na Tabela 11 uma média muito baixa, o que mostra que as participantes, em geral, não concordam com as crenças permissivas relativas à violência conjugal ($M = 7.42$, $DP = 12.47$). Contudo, o desvio-padrão sugere alguma variabilidade das respostas obtidas entre as participantes.

Relativamente às propriedades psicométricas, a escala ECVC reportou um *Alpha de Cronbach* de $\alpha = .95$, revelando uma consistência interna do instrumento muito elevada.

ESTUDOS DE ASSOCIAÇÃO

Com o objetivo de compreender possíveis associações entre variáveis, procedeu-se à realização de análises correlacionais entre: (1) a satisfação com o suporte social, a dependência emocional e as crenças de violência conjugal.

Na tentativa de compreender se existe alguma associação entre o suporte social, a dependência emocional e as crenças de violência conjugal, procedeu-se à verificação da normalidade e da assimetria da amostra, pressupostos obrigatórios para a utilização de um teste paramétrico. Para verificar a normalidade da amostra recorreu-se ao teste Kolmogorov-Smirnov, que permitiu verificar que todas a amostra não segue uma distribuição normal ($p < .05$). Contudo, segundo Pestana e Gageiro (2003), em amostras superiores a 30 participantes a verificação da normalidade para a aplicação de testes paramétricos pode ser dispensada, seguindo o Teorema Central do Limite (TCL). Desta forma, foi assumida a utilização de testes paramétricos para a análise dos dados em estudo, aplicando-se assim o Teste de Coeficiente de Correlação r de Pearson.

O resultado respeitante às análises de associação entre o suporte social, a dependência emocional e as crenças de violência conjugal apresentam-se na Tabela 12 (cf. Tabela 12).

Tabela 12

Associações entre a satisfação com o suporte social, a dependência emocional e as crenças da violência conjugal

	Score Total da Satisfação com o Suporte Social	Score da Satisfação com os Amigos	Score da Satisfação com a Intimidade	Satisfação com a Família	Satisfação com as Atividades Sociais	Score Total da Dependência Emocional	Score Total das Crenças da violência conjugal
Score Total da Satisfação com o Suporte Social		.903**	.833**	.697**	.756**	-.509**	-.183*
Score da Satisfação com os Amigos	.903**		.696**	.471**	.610**	-.433**	-.154
Score da Satisfação com a Intimidade	.833**	.696**		.486**	.461**	-.476**	-.242**
Satisfação com a Família	.697**	.471**	.486**		.394**	-.340**	-.120
Satisfação com as Atividades Sociais	.756**	.610**	.461**	.394**		-.383**	-.060

Score Total da Dependência Emocional	-.509**	-.433**	-.476**	-.340**	-.383**	.465**
Score Total das Crenças da violência conjugal	150	.154	-0.242**	-.120	-.060	.465**

Nota. * A correlação é significativa no nível .05

** A correlação é significativa no nível .01 (2 extremidades)

*** A correlação é significativa no nível .001

Como podemos verificar, a Tabela 12 apresenta as correlações de Pearson (r) realizadas entre as variáveis em estudo, com a devida indicação de significância estatística.

Relativamente à variável da *Satisfação com o Suporte Social*, é possível verificar correlações significativas, positivas fortes, com todas as subescalas: *Satisfação com os Amigos* ($r = .903, p < .01$); *Satisfação com a Intimidade* ($r = .833, p < .01$); *Satisfação com a Família* ($r = .697, p < .01$); e a *Satisfação com as Atividades Sociais* ($r = .756, p < .01$). Estas correlações que se evidenciaram positivas, reportam que, à medida que uma das variáveis aumenta, a outra tende também a aumentar (e.g quando a variável da satisfação com os amigos aumenta, a satisfação com a intimidade, a família e as atividades sociais tende a aumentar também).

Relativamente à correlação realizada entre o *Suporte Social* e a *Dependência Emocional*, verificou-se uma correlação negativa ($r = -.509, p < .01$), indicando que, níveis mais altos de satisfação com o suporte social, se encontram associados a níveis de dependência emocional mais baixos. Relativamente às subescalas do Suporte Social, todas elas registaram também uma correlação negativa com a dependência emocional.

Relativamente à correlação realizada entre *Satisfação com o Suporte Social* e as *Crenças de Violência Conjugal*, verifica-se uma correlação negativa e fraca, contudo, estatisticamente significativa, ($r = -.183, p = .025$). Esta correlação sugere que mulheres com maior suporte social tendem a mostrar menor adesão a crenças que legitimam a violência

conjugal. Quantos às subescalas do *Suporte Social*, apenas a *Satisfação com a Intimidade* evidenciou uma correlação significativa com as *Crenças de Violência Conjugal* ($r = -.242, p = .003$), sugerindo que, uma maior satisfação em relações íntimas poderá estar relacionada com uma menor aceitação de crenças que legitimam a violência conjugal.

Por fim, relativamente à correlação entre a *Dependência Emocional* e as *Crenças de Violência Conjugal*, verifica-se uma correlação positiva significativa ($r = .465, p = < .01$). Sugerindo assim, que as participantes que registam maior dependência emocional tendem a evidenciar uma maior aceitação de crenças de violência conjugal.

ESTUDO DAS DIFERENÇAS EM FUNÇÃO DOS GRUPOS DE PARTICIPANTES

Com este estudo pretendemos analisar se existem diferenças entre as participantes que já viveram um relacionamento abusivo, as participantes que ainda estão a viver um relacionamento abusivo e aquelas que nunca viveram um relacionamento abusivo, no que diz respeito à sua satisfação com o suporte social, à sua dependência emocional e quanto às suas crenças de violência conjugal.

A EXPERIÊNCIA DO RELACIONAMENTO ABUSIVO E O SUPORTE SOCIAL. Com a finalidade de averiguar se a perceção do suporte social das mulheres que estão a viver ou já viveram um relacionamento abusivo ($n = 100$) difere do das mulheres que nunca viveram este tipo de relacionamento ($n = 50$), procedeu-se a uma análise de variância – ANOVA para um fator (*One-Way ANOVA*), cujos resultados se registam na Tabela apresentada abaixo (cf. Tabela 14). Manteve-se a utilização de testes paramétricos pela razão apresentada acima, por indicação dos autores Pestana e Gageiro (2003).

Na tabela 13 encontram-se os resultados relativos às diferenças na perceção do suporte social recebido, de acordo com o grupo de participantes (cf. Tabela 13).

Tabela 13

Diferenças na percepção do suporte social de acordo com a experiência do relacionamento abusivo

	<i>F</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
Suporte Social Total	16.84	1	<.001
Satisfação com os Amigos	6.13	1	.014
Satisfação na Intimidade	20.55	1	<.001
Satisfação com a Família	16.19	1	<.001
Satisfação com as atividades Sociais	6.23	1	.014

Como é possível observar na Tabela 13, evidencia-se uma diferença significativa nos níveis de *satisfação com o suporte social* entre as mulheres que ainda vivem ou já viveram a experiência do relacionamento abusivo, com as mulheres que nunca viveram. De forma geral, observa-se que as mulheres que nunca passaram por esta experiência apresentam níveis significativamente mais elevados de *Suporte Social*, tanto no seu Score total [$F(1, 148) = 16.84$, $p = <.001$], como nas subescalas avaliadas: *Satisfação com Amigos* [$F(1, 148) = 6.13$, $p = <.014$], *Satisfação na Intimidade* [$F(1, 148) = 20.55$, $p = <.001$], *Satisfação com a Família* [$F(1, 148) = 16.19$, $p = <.001$] e a *Satisfação com as Atividades Sociais* [$F(1, 148) = 6.23$, $p = .014$].

A EXPERIÊNCIA DO RELACIONAMENTO ABUSIVO E A DEPENDÊNCIA EMOCIONAL.

No seguimento da análise anterior, procedeu-se à realização de uma análise de variância – ANOVA para um fator (*One-Way ANOVA*). Assumiu-se o mesmo critério quanto à utilização do teste paramétrico. Na tabela 14 encontram-se expostos os resultados referentes às diferenças quanto ao nível de dependência emocional das participantes nos três grupos referentes à experiência do relacionamento abusivo.

Tabela 14

Diferenças nos níveis de dependência emocional de acordo com a experiência do relacionamento abusivo

	<i>F</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
Dependência Emocional	8.94	1	.003

A análise da ANOVA, cujos resultados são apresentados na Tabela 14, permitiu verificar que o nível de dependência emocional é significativamente superior nas mulheres que estão a viver ou já viveram um relacionamento abusivo, em comparação com a mulheres que nunca viveram [$F(1, 148) = 8.94, p = .003$].

A EXPERIÊNCIA DO RELACIONAMENTO ABUSIVO E AS CRENÇAS DE VIOLÊNCIA CONJUGAL. Por fim, na Tabela 15 apresentam-se os resultados das diferenças relativamente às *crenças de violência conjugal* em cada um dos três grupos em estudo.

Tabela 15

Diferenças nas crenças de violência conjugal de acordo com a experiência do relacionamento abusivo

	<i>F</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
Crenças de Violência Conjugal	.012	1	.91

Como é possível verificar na tabela 15, foi conduzida uma análise de variância – ANOVA (*One-Way ANOVA*) para verificar possíveis diferenças nas crenças sobre a violência conjugal entre os três grupos de participantes. Contudo, o teste não revelou uma diferença estaticamente significativa entre os grupos [$F(1, 148) = .012, p = .91$], sugerindo que as *crenças sobre a violência conjugal* não estejam assim associadas à experiência de um relacionamento abusivo. Assim, embora não possa ser considerado um fator determinante, não invalida a

importância da sua desmistificação, apontando apenas para a complexidade de fatores que sustentam a experiência destes relacionamentos.

ESTUDO DAS DIFERENÇAS EM FUNÇÃO DAS VARIÁVEIS SOCIODEMOGRÁFICAS

Nesta subsecção pretende-se verificar se existem diferenças estatisticamente significativas entre os grupos de participantes – as mulheres que já viveram um relacionamento abusivo, as mulheres que ainda estão a viver um relacionamento abusivo, e as mulheres que nunca viveram um relacionamento abusivo –, de acordo com três variáveis sociodemográficas: (1) estatuto laboral, (2) tipo de relacionamento com os irmãos, (3) diagnóstico de perturbação psicológica. No sentido de verificar a existência de diferenças estatisticamente significativas entre os dois grupos de mulheres que viveram ou ainda vivem um relacionamento abusivo, foram realizadas as comparações para as variáveis: (4) idade com que iniciou o relacionamento abusivo, (5) o tipo de violência vivida, e por fim, (6) o conhecimento dos recursos existentes de apoio à violência doméstica.

DIFERENÇAS EM FUNÇÃO DAS VARIÁVEIS SOCIODEMOGRÁFICAS ENTRE OS TRÊS

GRUPOS DE PARTICIPANTES

ESTATUTO LABORAL. Procedeu-se à realização de uma análise de qui-quadrado para avaliar a relação entre a experiência do relacionamento abusivo e o estatuto laboral das participantes (estudante, empregada ou desempregada). Os resultados encontram-se na Tabela 16.

Tabela 16

Diferenças no estatuto laboral de acordo com a experiência do relacionamento abusivo

	χ^2	gl	p
Qui-quadrado de Pearson	12.05	2	.002

Como é possível verificar na Tabela 16, os resultados revelaram uma associação estatisticamente significativa entre as variáveis ($\chi^2 (2) = 12.05, p = .002$).

Tabela 17

Tabela cruzada para o estatuto laboral de acordo com a experiência do relacionamento abusivo

	Experiência do relacionamento abusivo no passado (<i>n</i>)	Experiência do relacionamento abusivo atualmente (<i>n</i>)	Nunca viveu um relacionamento abusivo (<i>n</i>)
Estudante	14	16	29
Desempregada	3	5	0
Empregada	33	25	21

Este resultado sugere que o estatuto laboral varia de forma significativa consoante a experiência do relacionamento abusivo, sendo possível perceber que as participantes que já viveram ou ainda estão a viver relacionamentos abusivos são as que mais se encontram em situação de desemprego.

Neste sentido, é relevante verificar se existe relação entre o estatuto laboral com a dependência emocional e a satisfação com o suporte social. Os resultados encontram-se na Tabela 18.

Tabela 18

Diferenças nos níveis de satisfação com o suporte social e dependência emocional face ao estatuto laboral

	<i>F</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
Satisfação com o Suporte Social	1.54	2	.22
Dependência Emocional	1.68	2	.19

Como é possível verificar na tabela 18, foi realizada a análise ANOVA, para avaliar se existem diferenças nos níveis de dependência emocional e satisfação com o suporte social em função do estatuto laboral. Nos resultados não se identificam diferenças estatisticamente significativas relativamente à satisfação com o suporte social [$F(2, 143) = 1.54; p = .22$], nem relativamente à dependência emocional [$F(2, 143) = 1.68; p = .19$].

TIPO DE RELACIONAMENTO COM OS IRMÃOS. No seguimento da análise anterior, foi realizada a mesma análise estatística a fim de investigar possíveis diferenças na qualidade da relação que as participantes relataram ter com os seus irmãos, nos diferentes grupos.

Tabela 19

Diferenças no relacionamento com os irmãos de acordo com a experiência do relacionamento abusivo

	χ^2	gl	p
Qui-quadrado de Pearson	22.04	6	.001

Como podemos verificar na tabela 19, os resultados indicam uma associação estatisticamente significativa ($\chi^2(3) = 22.04, p = .001$), entre os grupos de participantes.

Na Tabela 20, apresentam-se os resultados relativos à categorização do relacionamento com os irmãos, de acordo com os três grupos de participantes.

Tabela 20

Tabela cruzada para a qualidade do relacionamento com os irmãos nos diferentes grupos de participantes

	Experiência do relacionamento abusivo no passado (n)	Experiência do relacionamento abusivo atualmente (n)	Nunca viveu um relacionamento abusivo (n)
Excelente	14	3	20
Positiva	10	16	12

Razoável	6	6	0
Negativa	9	9	4

De acordo com a tabela 20, verifica-se que, as mulheres que nunca viveram um relacionamento abusivo reportaram, com maior frequência, uma relação extremamente positiva com os seus irmãos ($n = 20$) ou positiva ($n = 12$). Em contrapartida, as mulheres que já viveram ou ainda vivem atualmente o relacionamento abusivo, indicaram uma distribuição mais heterogênea, com presença significativa de vínculos fracos ou negativos.

Na mesma sequência da análise da variável sociodemográfica anterior, procura-se verificar se existe relação entre a qualidade do relacionamento com os irmãos, com a dependência emocional e a satisfação com o suporte social. Os resultados encontram-se na Tabela 21.

Tabela 21

Diferenças nos níveis de satisfação com o suporte social e dependência emocional face à qualidade do relacionamento com os irmãos

	<i>F</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
Satisfação com o Suporte Social	1.97	3	.12
Dependência Emocional	2.19	3	.09

Para esta análise foi realizada uma ANOVA e como é possível verificar na tabela 21, não se revelaram diferenças estatisticamente significativas nos níveis de satisfação com o suporte social ($[F(3, 105) = 1.98; p = 0.12]$ e dependência emocional ($[F(3, 105) = 2.19; p = .09]$ em função da qualidade do relacionamento com os irmãos (excelente, positiva, razoável, negativa).

DIAGNÓSTICO DE DOENÇA MENTAL. No sentido de verificar a diferença entre o número de mulheres que reportaram já ter recebido um diagnóstico de doença mental, nos três

grupos (o grupo de mulheres que viveu um relacionamento abusivo no passado, o grupo que ainda vive o relacionamento abusivo atualmente e o grupo de mulheres que nunca viveu este tipo de relacionamento), foi realizado o Teste qui-quadrado de Pearson.

Tabela 22

Diferenças nos diagnósticos psicológicos de acordo com a experiência do relacionamento abusivo

	χ^2	gl	p
Qui-quadrado de Pearson	4.11	1	.043

Os resultados do teste de qui-quadrado revelam uma associação estatisticamente significativa entre a experiência do relacionamento abusivo e o diagnóstico de doença mental ($\chi^2(1) = 4.11, p = .043$).

Tabela 23

Tabela cruzada para os diagnósticos psicológicos de acordo com a experiência do relacionamento abusivo

	Experiência do relacionamento abusivo no passado (n)	Experiência do relacionamento abusivo atualmente (n)	Nunca viveu um relacionamento abusivo (n)
Sim	21	8	7
Não	29	42	43

Como é possível verificar na tabela 23, as participantes que já viveram um relacionamento abusivo foram as que mais reportaram a existência de diagnósticos ($n = 29$), em comparação ao grupo de mulheres que ainda se encontra a viver e que nunca viveu este tipo de relacionamento ($n = 8; n = 7$).

Segue na Tabela 24 a análise para verificar a relação entre o diagnóstico psicológico com a dependência emocional e satisfação com o suporte social (cf. Tabela 24).

Tabela 24

Diferenças nos níveis de dependência emocional e satisfação com o suporte social em função dos diagnósticos psicológicos

	<i>F</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
Satisfação com o Suporte Social	3.79	1	.05
Dependência Emocional	0.53	1	.46

Na tabela 24 constam os resultados que resultaram da análise ANOVA para verificar as diferenças nos níveis de dependência emocional e suporte social. Os resultados não indicam diferenças significativas relativamente à dependência emocional [$F(1, 148) = .53; p = .47$]. Relativamente à satisfação com o suporte social, verifica-se uma tendência para uma diferença significativa [$F(1, 148) = 3.79; p = .05$], embora não seja estatisticamente significativa.

Diferenças em função das variáveis sociodemográficas entre os dois grupos de participantes que já viveram ou ainda vivem um relacionamento abusivo

IDADE COM QUE INICIOU O RELACIONAMENTO ABUSIVO. Esta análise realiza-se com o intuito de perceber se a idade que as participantes tinham, à data em que iniciaram os relacionamentos abusivos, difere entre os dois grupos em análise (relacionamento abusivo no passado e um relacionamento abusivo no presente). Neste sentido voltou a realizar-se o Teste qui-quadrado de Pearson, cujos resultados são apresentados na Tabela em baixo (cf. Tabela 25).

Tabela 25

Diferenças na idade em que se iniciaram os relacionamentos abusivos nos diferentes grupos

	χ^2	<i>gl</i>	<i>p</i>
Qui-quadrado de Pearson	2.18	3	.054

Segundo os resultados obtidos, não existem diferenças significativas ($\chi^2(3) = 2.18, p = .054$) entre os dois grupos de participantes (participantes que experienciaram um

relacionamento abusivo vs. participantes que ainda estão num relacionamento abusivo) relativamente à idade em que iniciaram o relacionamento abusivo. A tabela cruzada resultante desta análise é apresentada a seguir (cf. Tabela 26).

Tabela 26

Tabela cruzada para a idade em que se iniciaram os relacionamentos abusivos para o grupo de mulheres que vive um relacionamento abusivo vs. o grupo de mulheres que vivenciou e terminou o relacionamento abusivo

Início do relacionamento abusivo	Experiência do relacionamento abusivo no passado (<i>n</i>)	Experiência do relacionamento abusivo atualmente (<i>n</i>)
Antes dos 20 anos	29	32
Entre os 20 e os 30 anos	19	18
Entre os 30 e os 40 anos	1	0
Entre os 40 e os 50 anos	1	0

Como é possível verificar na tabela 26, a maioria das participantes, de ambos os grupos em estudo, reportaram ter iniciado o relacionamento abusivo antes dos 20 anos de idade ($n = 61$), sendo a que a segunda maior resposta se situa na faixa etária entre os 20 e os 30 anos de idade ($n = 37$).

Neste sentido, é relevante verificar se existe relação entre a idade com que as vítimas iniciaram o relacionamento abusivo com a dependência emocional e a satisfação com o suporte social. Os resultados encontram-se na Tabela 27.

Tabela 27

Diferenças nos níveis de dependência emocional e satisfação com o suporte social em função da idade com que as vítimas iniciaram o relacionamento abusivo

	<i>F</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
Satisfação com o Suporte Social	2.66	3	.05
Dependência Emocional	2.11	3	.1

Como é possível verificar na tabela 27, os resultados reportaram uma tendência para diferenças na satisfação com o suporte social entre os grupos etários com que iniciaram o relacionamento abusivo [$F(3, 96) = 2.66; p = .05$], embora não alcance uma significância estatística. No que diz respeito à dependência emocional, também não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas [$F(3, 96) = 2.11; p = .1$].

TIPO DE VIOLÊNCIA. Com o intuito de perceber se existem diferenças no tipo de violência relatada pelas mulheres que já viveram um relacionamento abusivo vs. que ainda estão a viver atualmente o relacionamento abusivo, realizou-se o Teste qui-quadrado de Pearson.

Tabela 28

Diferenças no tipo de violência relatada de acordo com o momento (atual ou passado) do relacionamento abusivo

	χ^2	gl	p
Qui-quadrado de Pearson	5.39	4	.250

Como é possível verificar na tabela 28, os resultados não revelaram uma associação estatisticamente significativa entre o tipo de violência relatada e o momento (atual ou passado) da experiência do relacionamento abusivo ($\chi^2(4) = 5.39, p = .250$).

Na Tabela 29 apresentam-se os tipos de violência relatada de acordo com os dois grupos em análise.

Tabela 29

Tabela cruzada para os tipos de violência e o momento da experiência do relacionamento abusivo

	Experiência do relacionamento abusivo no passado (n)	Experiência do relacionamento abusivo atualmente (n)
Psicológica	25	26

Psicológica e física	11	13
Psicológica, física e sexual	4	0
Psicológica e sexual	9	11
Sexual	1	0

Na Tabela 29 é possível verificar que, de facto, não se registam diferenças quanto ao tipo de violência reportada nos dois grupos, mais ainda, estes apontam para um número muito equiparado quanto ao tipo de violência nos diferentes momentos. Será relevante destacar que, a violência psicológica com a mais relatada pelas mulheres, em ambos os momentos, em um relacionamento passado e no presente ($n = 25$, $n = 26$).

Na sequência das variáveis em estudo, verificou-se se existe relação o tipo de violência que reportam viver ou ter vivido, com a dependência emocional e a satisfação com o suporte social. Os resultados encontram-se na Tabela 30 (cf. Tabela 30)

Tabela 30

Diferenças nos níveis de dependência emocional e satisfação com o suporte social em função do tipo de violência vivida

	<i>F</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
Satisfação com o Suporte Social	1.06	4	.38
Dependência Emocional	7.57	4	.001

Foi realizada uma análise de variância ANOVA. Na tabela 30 podemos verificar que os resultados reportam uma diferença estatisticamente significativa nos níveis de dependência emocional entre os grupos [$F(4, 95) = 7.57$, $p < .001$]. Este resultado indica que o tipo de violência sofrido estará associado a diferentes níveis de dependência emocional. Já em relação à satisfação com o suporte social, não foram registadas diferenças significativas entre os grupos [$F(4, 95) = 1.06$, $p = .38$], sugerindo que o tipo de violência não influencia significativamente a satisfação com o suporte social.

RECURSOS DE APOIO E INFORMAÇÃO. Para a variável sociodemográfica dos recursos de apoio e informação foi realizado o Teste qui-quadrado de Pearson. Na Tabela 31 apresentam-se os resultados obtidos.

Tabela 31

Associação entre o conhecimento de recursos de apoio e informação sobre violência doméstica e a existência do relacionamento abusivo

	χ^2	gl	p
Qui-quadrado de Pearson	3.47	1	.65

Como se pode verificar na tabela 31, os resultados não indicam uma associação estatisticamente significativa, ainda que se encontrem próximos do limiar da significância ($p = .65$)

Na Tabela 32 constam os resultados obtidos pelas mulheres de cada grupo em análise.

Tabela 32

Tabela cruzada para o conhecimento dos recursos de apoio e informação e a experiência do relacionamento abusivo

	Experiência do relacionamento abusivo no passado	Experiência do relacionamento abusivo atualmente
Sim	38%	45%
Não	12%	5%

É possível observar uma clara predominância de respostas positivas relativamente ao conhecimento dos recursos de apoio e informação sobre a violência doméstica existentes na sociedade (83%). Inclusivamente, as mulheres que se encontram a viver este tipo de relacionamento atualmente foram as que se evidenciaram mais informadas. Este resultado parece assim apontar para uma influência não tão significativa da informação para a permanência no relacionamento abusivo.

Na sequência das variáveis em estudo, verificou-se a relação entre os recursos de apoio e informação com a dependência emocional e a satisfação com o suporte social. Os resultados encontram-se na Tabela 33 (cf. Tabela 33)

Tabela 33

Diferenças nos níveis de dependência emocional e satisfação com o suporte social em função do conhecimento de recursos de apoio e informação

	<i>F</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
Satisfação com o Suporte Social	.89	1	.13
Dependência Emocional	2.3	1	.35

Foi realizada uma análise de variância ANOVA, com o objetivo de verificar a relação entre os recursos de apoio e informação com a dependência emocional e satisfação com o suporte social. Os resultados reportaram não existir diferenças estatisticamente significativas entre os grupos quanto à dependência emocional [$F(1, 98) = 2.3, p = .132$] nem quanto à satisfação com o suporte social [$F(1, 98) = .89, p = .35$].

ANÁLISE DE REGRESSÃO

Com esta análise pretende-se identificar os preditores da dependência emocional e do envolvimento num relacionamento abusivo. Para a predição da dependência emocional realizou-se uma regressão linear múltipla, com o objetivo de verificar se a satisfação com o suporte social e as crenças de violência conjugal poderão prever uma influência no nível de dependência emocional. Para a predição do envolvimento num relacionamento abusivo, foi realizada uma regressão logística juntando os dois grupos de participantes, que viveram e que ainda estão a viver atualmente o relacionamento abusivo vs. o grupo de mulheres que nunca viveu este tipo de relacionamento (variável dependente).

PREDIÇÃO DA DEPENDÊNCIA EMOCIONAL. Recorreu-se à regressão linear múltipla para verificar o poder preditivo dos scores totais da Escala de Crenças de Violência Conjugal e da Escala de Satisfação com o Suporte Social sobre os níveis de dependência emocional.

Tabela 34

Regressão linear múltipla da dependência emocional com as demais variáveis

Resumo do Modelo ^b					
Modelo	R	R ²	R ² ajustado	F	Sig.
1	.635 ^a	.403 ^a	.395	.395	<.001 ^b

a.Preditores: (Constante), Suporte_Social, Crenças_Violência_Conjugal

b. Variável Dependente: QDE

Como é possível observar na tabela 34, a análise resultou num modelo estatisticamente significativo [$R^2 = .403$, $F(2, 147) = 49.56$, $p < .001$]. Os resultados indicam que ambas as variáveis, tanto a *satisfação com o suporte social*, como as *crenças de violência conjugal*, preveem significativamente os níveis de *dependência emocional*. A *satisfação com o suporte social* mostrou uma relação negativa significativa com a *dependência emocional* ($\beta = -.439$; $t = 6.77$; $p < .001$). Quanto às *crenças de violência conjugal*, é possível verificar uma relação positiva com a *dependência emocional* ($\beta = .385$; $t = 5.94$; $p < .001$). Assim, os resultados mostram que, quanto maior o *suporte social*, menor a *dependência emocional*, e que quanto maior a *aceitação de crenças de violência conjugal*, maior será o nível de *dependência emocional*.

PREDIÇÃO DO ENVOLVIMENTO NUM RELACIONAMENTO ABUSIVO. Recorreu-se à regressão logística binária para verificar o poder preditivo dos scores totais da Escala de Crenças de Violência Conjugal, da Escala de Satisfação com o Suporte Social e dos níveis de Dependência Emocional a existência do relacionamento abusivo.

Tabela 35

Regressão logística binária do envolvimento num relacionamento abusivo com as demais variáveis

	<i>B</i>	<i>S.E.</i>	<i>WALD</i>	<i>df</i>	<i>p</i>
Satisfação com o Suporte Social e Familiar	-.21	.1	3.94	1	.05
Dependência Emocional	-.02	.02	2.45	1	.12
Crenças de Violência Conjugual	.03	.02	2.05	1	.15

Foi realizada uma regressão logística binária para a predição do envolvimento num relacionamento abusivo juntando os dois grupos de mulheres, que já viveram e que vivem atualmente um relacionamento abusivo, vs. o grupo de mulheres que nunca viveu este tipo de relacionamento. O modelo incluiu três variáveis independentes (o suporte social e familiar, a dependência emocional e as crenças sobre violência conjugal). Na sua globalidade, o modelo foi estatisticamente significativo, $\chi^2 (5, N = 150) = 26.36, p < .001$, indicando que as variáveis independentes contribuíram para a distinção entre os grupos. A precisão da classificação geral foi de 71.3% dos casos. Como é possível verificar na tabela 35, apenas uma variável independente se verificou estatisticamente significativa - a satisfação com o suporte social, que se revelou um fator protetor, sugerindo que quanto maior o suporte social, menor a probabilidade de envolvimento num relacionamento abusivo. Contudo a dependência emocional e as crenças de violência conjugal, não foram preditores significativos no modelo.

DISCUSSÃO

O presente estudo teve como principal objetivo compreender a influência que o suporte familiar e social tem sobre os relacionamentos abusivos, inclusivamente, a forma como se diferencia entre os grupos de mulheres que já viveram esse tipo de relacionamento: mulheres que já viveram no passado, que vivem atualmente e que nunca viveram, até à presente data, uma relação abusiva. Para responder a este objetivo, foi avaliada a qualidade do suporte social e familiar de cada um dos grupos, o nível de dependência emocional, e as crenças de violência conjugal das mulheres adultas.

Os resultados evidenciam que a experiência do relacionamento abusivo está significativamente associada a níveis mais elevados de dependência emocional e a uma menor satisfação com o suporte social e familiar. O que corrobora com a literatura revista, que destaca a vulnerabilidade emocional como fator de risco para a manutenção de relações abusivas (Dutton & Painter, 2020; Bartholomew & Horowitz, 1991). Destacando-se assim o papel fundamental, especialmente do suporte familiar, enquanto fator protetor nas dinâmicas do relacionamento abusivo. As participantes que nunca viveram um relacionamento abusivo relataram níveis significativamente mais altos de satisfação com o seu suporte social e familiar, o que reforça a literatura que o identifica como elemento de prevenção e segurança (Santos & Mendes, 2022). Por sua vez, as associações negativas entre suporte social e dependência emocional, bem como entre suporte social e crenças sobre a violência conjugal, indicam que quanto maior a perceção de apoio, menor será a sua vulnerabilidade emocional, assim como, menor a legitimação das crenças de violência conjugal (Tello, 2015). De forma geral, a experiência do relacionamento abusivo encontra-se associada a uma maior vulnerabilidade emocional, menor suporte social percebido e maior dependência emocional.

Uma vez realizada uma breve contextualização dos resultados obtidos nos principais construtos, prossegue-se para a discussão dos resultados tendo em conta os objetivos e hipóteses inicialmente propostos.

O primeiro objetivo específico pretendia avaliar a relação entre a qualidade do suporte social e familiar e a existência, à data, de um relacionamento abusivo. De modo a dar resposta ao mesmo, foi colocada a Hipótese 1 (H_1): Espera-se que, as participantes que apresentam níveis de satisfação com o suporte social e familiar mais baixos (score total) sejam as já viveram ou, ainda se encontram a viver atualmente, um relacionamento abusivo.

De facto, mulheres que nunca viveram um relacionamento abusivo relataram níveis de suporte social significativamente mais elevados em todas as dimensões avaliadas, do que as que já viveram este tipo de relacionamento. A literatura aponta que, em contextos de violência conjugal, o suporte social pode representar uma ponte entre a vítima e os recursos formais de apoio, onde a presença de amigos próximos pode funcionar como uma instância externa de validação da experiência e de confrontação com a realidade abusiva, favorecendo a saída da relação (Martins & Zavaschi, 2011).

Neste sentido, considerou-se ser relevante recolher dados qualitativos, que permitissem uma clarificação sobre a perceção a qualidade do suporte familiar. O que nos leva segunda hipótese colocada em estudo, Hipótese 2 (H_2): Espera-se que as participantes que ainda vivem o relacionamento abusivo tenham uma perceção menos positiva do seu suporte familiar.

Os dados recolhidos através do questionário sociodemográfico aprofundaram a perceção das mulheres relativamente ao seu suporte familiar. A maioria das mulheres relatou manter contacto diário com a família (83%) e considerou ter uma boa rede de apoio (56%). Contudo, quase metade das referiu sentir-se à vontade para partilhar problemas pessoais apenas “às vezes”, e 10% afirmaram mesmo não sentir apoio da família em momentos de conflito. Estes resultados apontam para a importância de diferenciar presença familiar de funcionalidade familiar, uma vez que o contacto frequente parece não garantir, necessariamente, apoio emocional efetivo. Esta questão foi anteriormente verificada (Umberson & Chen, 2005) e por isso entendeu-se a necessidade de perceber esta diferença.

A relevância das redes de suporte também foi evidenciada nas respostas das participantes relativamente aos fatores que identificam ser responsáveis pela saída do

relacionamento abusivo. O apoio familiar foi o fator mais mencionado (34%), seguido pelo apoio de amigos (25%), representando o suporte social o principal fator (59%). Esta conclusão vem responder à terceira hipótese colocada em estudo: Hipótese 3 (H₃): Espera-se que, o motivo mais apontado pelas participantes para conseguirem sair do relacionamento seja o apoio do suporte familiar e social. Em segundo lugar, apontou-se a consciência do caráter abusivo da relação. Estes dados confirmam que, em muitos casos, a presença de redes de suporte de qualidade é um elemento-chave para o confronto e o término da relação abusiva, funcionando como catalisador para a ação e fonte de validação (Silva, 2020; Rodrigues et al., 2020). Mais ainda, foi identificada uma correlação negativa, ainda que fraca, entre o suporte social e as crenças sobre violência conjugal. Indicando que, mulheres com maior suporte social apresentam menor tendência a validar ou justificar a violência nas relações íntimas. Embora modesto, este resultado sugere que a exposição a discursos e interações sociais mais saudáveis pode contribuir para a desconstrução de crenças que legitimem a violência dentro do relacionamento conjugal. Como proposto por Bandura (1977), os processos de aprendizagem social têm um papel central na formação de crenças e atitudes, sendo o ambiente relacional um dos principais contextos de modelagem comportamental. Importa também destacar que o suporte social é uma construção subjetiva, não se tratando apenas da quantidade de pessoas dispostas a ajudar, mas da qualidade percebida desses vínculos (Cohen & Wills, 1985), à semelhança do que foi mencionado anteriormente. Assim, mesmo redes sociais mais amplas, podem não ser efetivamente protetoras se não forem percebidas como responsivas, empáticas ou confiáveis. A conscientização da violência é apontada por vários autores como uma condição de facto necessária para o processo de rutura, ainda assim, não suficiente (Walker, 1979).

O segundo objetivo específico consistia em comparar os níveis de dependência emocional, entre as mulheres que nunca viveram um relacionamento abusivo e as que já viveram ou ainda o vivem atualmente, ao qual se colocou a Hipótese 4 (H₄): Espera-se que o grupo de participantes que vive atualmente um relacionamento abusivo seja o que apresente níveis mais altos de dependência emocional.

A correlação negativa observada entre o suporte social e a dependência emocional pressupõe que, mulheres com maiores níveis de suporte social percebido apresentam níveis mais baixos de dependência emocional, sugerindo a existência de vínculos afetivos seguros e disponíveis fora da relação íntima que reduzem a necessidade de manter uma ligação disfuncional com o outro. Esta relação é coerente com os pressupostos da teoria do apego (Bowlby, 1988), que sustenta que figuras de apoio consistentes e responsivas favorecem o desenvolvimento de modelos internos seguros, enquanto a ausência ou instabilidade dessas figuras pode levar à formação de vínculos inseguros e dependentes.

Alguns estudos como o de Martínez-López et al. (2019), apontam como a dependência emocional se identifica um fator de risco significativo para a aceitação e permanência em relacionamentos abusivos, sobretudo quando combinada com baixos níveis de autoestima, crenças distorcidas sobre o amor e experiências prévias de abandono ou rejeição (Urbiola et al., 2017; Matos & Gonçalves, 2009). Mulheres emocionalmente dependentes tendem a tolerar comportamentos abusivos por receio de solidão ou rejeição, interpretando os abusos como normativos ou como provas de amor. Desta forma, a inclusão da dependência emocional como variável de análise torna-se essencial para compreender os mecanismos psicológicos subjacentes às relações abusivas, bem como a sua interação com fatores externos, como o suporte familiar.

As mulheres que já viveram a experiência do relacionamento abusivo relatam, de facto, níveis substancialmente mais altos de dependência emocional. Esta tendência é coerente com a literatura existente, que aponta a dependência emocional como uma característica frequentemente presente em contextos de violência conjugal (Luz et al., 2024). Trata-se de um padrão psicológico caracterizado por uma necessidade intensa de aprovação, medo de rejeição, idealização do parceiro e dificuldade em estabelecer limites emocionais, o que pode tornar mais difícil o reconhecimento e a rutura do relacionamento abusivo. Contudo, surge uma possível relação bidirecional: se por um lado a dependência emocional pode predispor a mulher a tolerar comportamentos abusivos, por outro, o próprio relacionamento abusivo pode reforçar a

dependência, através de mecanismos de manipulação, desvalorização e isolamento, frequentemente utilizados pelos agressores (Bartholomew & Horowitz, 1991).

Para além disso, os resultados indicaram uma correlação positiva e significativa entre a dependência emocional e as crenças de violência conjugal, o que reforça a ideia de que mulheres mais dependentes tendem a normalizar ou justificar comportamentos violentos dentro da relação conjugal. Mais ainda, a correlação negativa entre a dependência emocional e o suporte social, mostra-nos que mulheres com mais suporte tendem a apresentar níveis mais baixos de dependência. Realçando o papel protetor das redes de apoio social, em especial, de familiares e amigos, no fortalecimento da autonomia emocional. A ausência de suporte adequado pode acentuar o sentimento de vulnerabilidade e solidão, incentivando a manutenção da relação abusiva como única fonte (mesmo que disfuncional) de vinculação emocional (Fonagy et al., 2002).

Neste seguimento, procurou-se responder ao último objetivo específico, que pretendia identificar quais as fontes de suporte mais indicadas pelas mulheres para o processo de término do relacionamento abusivo, assim como, o principal fator que apontam ser responsável pela permanência no relacionamento até então. Para este objetivo foi colocada a Hipótese 5 (H₅): Espera-se que, o principal fator apontado pelas participantes para a permanência no relacionamento abusivo, seja a dependência emocional. A dependência emocional foi, de facto, o fator mais frequentemente mencionado pelas participantes (56%). Reforçando a centralidade desta variável na compreensão da dinâmica da violência conjugal e mostrando que, para muitas mulheres, o elo emocional com o agressor se sobrepõe à perceção de risco ou sofrimento, dificultando a tomada de decisão para sair da relação. A ausência de suporte externo pode ser entendida como um fator de isolamento e perpetuação da violência, muitas vezes mantida por dinâmicas de manipulação emocional, medo, dependência financeira e baixa autoestima. Estes resultados reforçam a ideia de que o término da relação não depende exclusivamente da vontade individual, mas de um conjunto de fatores estruturais, emocionais e relacionais que sustentam ou fragilizam a vítima (Walker, 1979; Fonagy et al., 2002).

A última hipótese colocada em estudo foi a Hipótese 6 (H₆): Espera-se que as participantes que já viveram ou ainda estão a viver um relacionamento abusivo apresentem resultados superiores relativamente às crenças de violência conjugal.

As crenças sobre violência conjugal, apresentaram os valores mais baixos na sua globalidade, o que indica uma baixa adesão a crenças que legitimam a presença da violência conjugal. Mais ainda, esta variável não apresentou diferenças significativas entre os grupos, sugerindo que a aceitação de crenças disfuncionais pode não ser, por si só, um fator de risco direto na vivência da violência, mas sim uma variável que se articula com outras, como a dependência emocional. E de facto, foi identificada uma relação significativa e positiva entre a dependência emocional e estas crenças. Esta conclusão corrobora com a hipótese de que mulheres com maior dependência emocional tendem a minimizar, normalizar ou justificar comportamentos abusivos, conforme apontado por estudos anteriores (Bartholomew & Horowitz, 1991; Fonseca & Gonçalves, 2021).

Relativamente às associações identificadas entre algumas variáveis sociodemográficas, como: o estatuto laboral, o diagnóstico de doença mental e a qualidade da relação com os irmãos e a vivência de relacionamentos abusivos, apontam para a complexidade dos fatores envolvidos. A precariedade laboral e os diagnósticos de saúde mental podem atuar como elementos de vulnerabilidade, limitando a capacidade de rutura. Contudo, vale ressaltar que a maioria das mulheres que relatou ter o diagnóstico de doença mental, referiu recebê-lo após a experiência do relacionamento abusivo. Não podendo ser apontado como a causa, mas como possível catalisador do seu desequilíbrio emocional e posteriormente psicológico, sendo conhecidos os efeitos que a experiência da relação abusiva reflete na saúde física e psicológica (Luz et al., 2024; Patton, 2021).

Do mesmo modo, vínculos familiares frágeis, especialmente entre irmãos, podem comprometer a formação de modelos saudáveis de relacionamento e suporte, como proposto por Fonagy e colaboradores (2002) no contexto da regulação afetiva. Os irmãos, enquanto elementos centrais do núcleo familiar, podem desempenhar um papel ambivalente: tanto

como figuras de suporte emocional, quanto como agentes ausentes ou neutros no sistema de apoio percebido pela vítima. A presença de irmãos pode representar um fator protetor em contextos de vulnerabilidade emocional, funcionando como um suporte importante tanto ao nível prático como emocional. A literatura aponta para o impacto positivo das relações fraternas de qualidade na resiliência psicológica e na capacidade de superação de situações adversas (Campos & Costa, 2021).

Por fim, com as análises de regressão, foi possível verificar um carácter preditivo da satisfação com o suporte social sobre os níveis de dependência emocional, à semelhança do que já havia sido revisto pela literatura (Martínez-López et al., 2019). Como parte fundamental na pertinência de todo o estudo, foi analisada a capacidade de previsão do suporte social e da dependência emocional sobre a vulnerabilidade das mulheres ao envolvimento num relacionamento abusivo. Tal como se procurou evidenciar e analisar, os resultados reportaram uma significância para a capacidade preditora da satisfação com suporte social e familiar, assumindo que, uma menor satisfação com este suporte, poderá aumentar a vulnerabilidade ao envolvimento no relacionamnto abusivo.

De forma geral, observa-se uma tendência para que mulheres não expostas a relacionamentos abusivos valorizem mais a relação com os irmãos, enquanto as que vivem ou viveram situações de abuso apresentam percepções mais variadas e, frequentemente, menos favoráveis. À semelhança do que se referiu anteriormente, estes dados podem refletir como a qualidade da relação familiar pode funcionar como um indicador protetor e relevante para o bem-estar emocional dos indivíduos. Além disso, este indicador é particularmente relevante por a indicar a importância de promover ou reforçar os laços familiares como forma de fator protetor em contextos de vulnerabilidade (Yakubovich et al., 2018).

De forma geral, os dados obtidos confirmam a multidimensionalidade do processo de rutura, como seria de esperar, pela complexidade do fenómeno da violência dentro do relacionamento conjugal. Esta característica sugere no fundo, a existência de uma interligação entre fatores internos (como a tomada de consciência e a insatisfação) e externos (como os

apoios familiares, sociais e profissionais). Desta forma, os resultados obtidos parecem reforçar a importância de intervenções multidisciplinares que promovam redes de apoio seguras e acessíveis, bem como estratégias educativas que favoreçam a identificação precoce de comportamentos abusivos.

CONCLUSÃO

O presente estudo propôs-se a compreender e analisar a influência do suporte social e familiar nos relacionamentos abusivos. A sua pertinência funda-se na carência de estudos recentes que identifiquem diretamente os fatores protetores e de risco dos relacionamentos abusivos. Mais ainda, assenta na necessidade de compreender como as dinâmicas familiares podem impactar na vivência dos relacionamentos abusivos, na realidade contemporânea. Além disso, compreender melhor a influência do suporte social e familiar poderá auxiliar na formulação de políticas públicas e na criação de programas de assistência que se foquem na rede de apoio à vítima. A maioria dos estudos sobre os relacionamentos abusivos tende a ser de carácter qualitativo, centrando-se em narrativas e estudos de caso. Um estudo quantitativo permite atingir dados mensuráveis, ampliados ao alcance dos resultados e que possibilitam a identificação de padrões estatísticos.

Os resultados permitiram dar respostas aos objetivos e hipóteses inicialmente propostos. Verificou-se, portanto, que perante a existência do relacionamento abusivo, as mulheres adultas tendem a registar um suporte social e familiar mais fraco, ou pelo menos, assim percebido. Da mesma forma, a dependência emocional confirma-se superior perante a existência do relacionamento abusivo, constituindo-se como fator de risco à existência da relação abusiva e enquanto consequência da sua existência. As crenças de violência conjugal não se revelaram significativamente diferentes perante a existência do relacionamento abusivo, contudo, será importante ressaltar o indicador de que, parece não ser por falta de informação, ou por crenças disfuncionais relativamente aos padrões saudáveis do relacionamento íntimo que a mulher se mantém no relacionamento abusivo, uma vez que não as relataram. Centrando-se a importância e principal influência nestes relacionamentos, os dois fatores fortemente identificados: rede de suporte percebido e dependência emocional.

O estudo alerta para a necessidade de ponderar algumas variáveis e na possibilidade de integrá-las em estudos futuros. Variáveis como os estilos de vinculação e os traços de

personalidade devem ser considerados por poderem estarem subjacentes a esta relação e até mesmo fornecer uma melhor explicação para o fenómeno da violência conjugal.

Relativamente às limitações do estudo, estas prenderam-se à escassez de estudos quantitativos para melhor compreensão dos resultados possíveis de generalizar até então. Tal exigiu que estudos qualitativos servissem de referência face aos resultados obtidos no presente estudo. A amostra foi outra limitação, pelo que foi maioritariamente composta por idades entre os 20 e os 30 anos, não sendo igualmente distribuída pelas restantes faixas etárias. Tendo isto em consideração, era expectável que nas análises de diferenças fosse evidenciado, o que não se sucedeu, uma vez que esta faixa etária se destacou.

Futuros estudos nesta área poderiam incidir sobre o aprofundamento desta temática, com amostras mais significativas e representativas, não só a nível de idades, como também ao incluir outras características, nomeadamente outras culturas e incorporar contextos socioeconómicos.

O uso combinado de metodologias seria outra sugestão, pelo forneceria uma perspetiva mais rica e abrangente sobre o tema.

O estudo é pertinente pois fornece uma melhor compreensão de uma interação entre variáveis. Tem aplicações práticas ao alertar para a necessidade da intervenção multidisciplinar na prevenção e rutura dos padrões de violência conjugal. Promover o fortalecimento das redes de suporte, desenvolver estratégias de redução da dependência emocional e fomentar a consciência crítica sobre crenças de violência conjugal são caminhos fundamentais para a proteção das mulheres e a construção de relações afetivas mais saudáveis.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ainsworth, M. D. S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Erlbaum.
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Almeida, S. (2001). A violência conjugal. *Ação social na área da família*. Universidade Aberta. Lisboa.
- Amaro, F. (2006). Introdução à Sociologia da Família. Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas. Lisboa.
- Anderson, D. K., Saunders, D. G. (2003). Leaving an abusive partner: An empirical review of predictors, the process of leaving, and psychological well-being. *Trauma, Violence, & Abuse*, 4(2), 163-19. Doi:<https://doi.org/10.1177/1524838002250769>
- Antonelli, P., & Edmundo, K. (2024). Relações familiares, saúde da família e ferramentas de apoio. *Revista Brasileira De Terapia Familiar*, 12(1).doi:
<https://doi.org/10.60114/rbtf.v12i1.142>
- Antunes, M. (2002). Violência e Vítimas em contexto doméstico. In: Machado, C. e Gonçalves, R. (Coords), *Violência e Vítimas de Crimes* (pp.43-78). Coimbra: Quarteto.
- Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (2010). *Manual Alcipe – Para o Atendimento de Mulheres Vítimas de Violência*. 2ª Edição. Lisboa.
- Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (2025). *A violência doméstica em Portugal: Perspetivas e intervenções*. Associação Portuguesa de Apoio à Vítima.
- Arias, I. (2004). Violence against women: A review of research in the 1990s. *Psychology of Women Quarterly*, 28(3), 324-334. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.2004.00149.x>
- Arendt, H. (2014). Sobre a Violência. *Relógio D'Água*. Lisboa.
- Bandura, A. (1979). *Psychological mechanisms of aggression*. University Press. Cambridge.
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Prentice Hall.

- Barnett, O. W., & Fagan, R. W. (1993). Alcohol use in male spouse abusers and their female partners. *Journal of Family Violence*, 8(1), 1-25.
- Bartholomew, K., Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226-244.
- Barroso, M. (2007). *Vítimas de violência doméstica: Entre o silêncio e a denúncia*. Lisboa: Edições Sílabo.
- Bountress, K. E., & South, S. C. (2016). The intergenerational transmission of intimate partner violence across generations: A meta-analysis. *Journal of Family Psychology*, 30(7), 807–820. <https://doi.org/10.1037/fam0000213>
- Bowen, E., Heron, J., Waylen, A., & Wolke, D. (2001). Domestic violence risk during and after pregnancy: Findings from a British longitudinal study. *BJOG: An International Journal of Obstetrics & Gynaecology*, 118(13), 1515-1523. <https://doi.org/10.1111/j.1471-0528.2011.03084.x>
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: volume I: attachment*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1979). On knowing what you are not supposed to know and feeling what you are not supposed to feel. *Canadian Journal of Psychiatry*, 24(5), 403–408.
- Bowlby, J. (1982). Attachment and loss: Retrospect and prospect. *American Journal of Orthopsychiatry*, 52(4), 664–678.
- Campos, H. P., & Costa, M. F. (2021). Suporte familiar e violência conjugal: Uma revisão sistemática. *Revista de Psicologia da IMED*, 13(2), 84-101.
- Canavarro, M., Dias, P., & Lima, V. (2006). A Avaliação da Vinculação do Adulto: Uma revisão crítica a propósito da aplicação da Adult Attachment Scale-R (AAS-R) na população Portuguesa. *Psicologia*, 20(1), 155-186. <https://doi.org/10.17575/rpsicol.v20i1.381>
- Caplan, G. (1974). *Social Systems and Community Mental Health*. New York: Basic Books.
- Carvalho, A. M. (2019). *Famílias e vulnerabilidades sociais: contributos para a intervenção social*. Coimbra: Almedina.

- Carvalho, M. F., & Andrade, M. L. (2015). A importância dos critérios de manutenção da rede de suporte familiar para a saúde mental. *Revista de Psicologia da IMED*, 7(2), 220-232. doi:<https://doi.org/10.18256/2175-5027.2015.v7i2.1351>
- Carlson, B. E., McNutt, L. A., & Choi, D. Y. (2002). Intimate partner abuse and mental health. *Violence Against Women*, 8(6), 720-745. doi:
<https://doi.org/10.1177/10778010222183107>
- Castelló, J. (2005). *La dependencia emocional: Características y tratamiento*. Editorial Planeta
- Cattaneo, L. B. e Goodman, L. A. (2005). Risk factors for reabuse in intimate partner violence: A cross-disciplinary critical review. *Trauma, Violence, & Abuse*, Vol6, Nº 1, pp. 141-175. DOI: 10.1177/1524838005275088
- Coan, J. A. (2008). Toward a neuroscience of attachment. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (2nd ed., pp. 241–265). New York: Guilford Press.
- Cobb, S. (1976) Social Support as a Moderator of Life Stress. *Psychosomatic Medicine*, 38, 300-314. Doi: <http://dx.doi.org/10.1097/00006842-197609000-00003>
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310–357. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310>
- Correia, F., & Mota, C. (2016). Ambiente familiar e qualidade da vinculação amorosa – Papel mediador da individuação em jovens adultos. *Análise Psicológica*, 1(34), 15-29.
- Costa, L. F. (2010). A perspectiva sistémica para a clínica da família. *Psicologia: teoria e pesquisa*, 26, 95-104.
- Costa, M. E., & Almeida, A. (2021). *Políticas públicas e apoio familiar: desafios contemporâneos na intervenção social*. Lisboa: Fundação Francisco Manuel dos Santos.
- Dessen, M.A. (1994). Interações e relações no contexto familiar: questões teóricas e metodológicas. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 10, 213-220.

- Dias, I., Machado, C., & Matos, M. (2013). *Violência nas relações de intimidade: Uma perspectiva desenvolvimental e ecológica*. In C. Machado, M. Gonçalves, & R. Matos (Eds.), *Violência e vitimização conjugal* (pp. 25-52). Coimbra: Almedina.
- Dias, I., & Machado, C. (2011). A construção cultural do amor: Perspetivas críticas sobre o discurso amoroso na violência conjugal. *Revista Crítica de Ciências Sociais*, 94, 117–140. <https://doi.org/10.4000/rccs.4367>
- Dias, I., Matos, M., Gonçalves, M., & Machado, C. (2014). A construção social do amor e a violência nas relações íntimas: Narrativas de mulheres vítimas. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 27(3), 535–544. <https://doi.org/10.1590/1678-7153.201427309>
- Dias, M. (2023). Quanto mais me bates, menos eu gosto de ti: *A (re)educação social no combate à violência doméstica*. Universidade de Coimbra.
- Dinis, G., Angelim, F. (2003). Violência doméstica - Por que é tão difícil lidar com ela? *Revista de Psicologia da UNESP*, 2(1)
- Dokkedahl, S. B., Elklit, A. (2019). Understanding the mutual partner dynamic of intimate partner violence: *A review*. *Partner Abuse*, 10 (3), 298-335. <https://doi.org/10.1891/1946-6560.10.3.298>
- Dutton, D. G. (2012). The case against the role of gender in intimate partner violence. *Aggression and Violent Behaviour*, 17(1), 99–104. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2011.09.002>
- Dutton, D. G., & White, K. R. (2012). Attachment insecurity and intimate partner violence. *Aggression and Violent Behavior*, 17(5), 475-481. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2012.07.003>
- Dutton, D. G., & Painter, S. (2020). Traumatic Bonding and Abuse in Intimate Relationships. *Journal of Trauma & Dissociation*, 21(5), 639-654
- Dutton, M.; Burghardt, K.; Perrin, S.; Chrestman, K. & Halle, P. (1994). Battered women's cognitive schemata. *Journal of Traumatic Stress*, Vol7, No. 2
DOI:10.1007/BF02102946

- Dutton, M. A., & Goodman, L. A. (2005). Coercion in intimate partner violence: Toward a new conceptualization. *Sex Roles*, 52(11-12), 743-756. DOI: <https://doi.org/10.1007/s11199-005-4196-6>
- El-Bassel, N., Gilbert, L., Wu, E., Go, H., & Hill, J. (2005). Relationship between drug abuse and intimate partner violence: A longitudinal study among women receiving methadone. *American Journal of Public Health*, 95(3), 465-470. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2003.023200>
- Feist, J., Feist, G. J. (2015) *Teorias da personalidade*. 8. ed. Porto Alegre: AMGH
- Fernandes, B., Dias, P. C., & Lopes, S. (2023). Psychological Violence Within a Partner Relationship and Alcohol Abuse of Portuguese Women: The Mediating Role of Resilience. *Journal of Family Violence*.
- Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E. L., & Target, M. (2002). *Affect regulation, mentalization, and the development of the self*. New York: Other Press.
- Foshee, V. A., et al. (1999). The relation between adolescent exposure to domestic violence and adolescent dating violence. *Journal of Adolescence*, 22(4), 469-483. <https://doi.org/10.1006/jado.1999.0255>
- Gama, A., Pedro, A. R., de Carvalho, M. J. L., Guerreiro, A. E., Duarte, V., Quintas, J., Matias, A., Keygnaert, I., & Dias, S. (2020). Domestic Violence during the COVID-19 Pandemic in Portugal. *Portuguese Journal of Public Health*, 38(suppl. 1), 32–40. <https://doi.org/10.1159/000514341>
- Garcia, A. C. B. B. F. (2022). Estresse nas relações familiares: a comunicação na prática clínica. *Terapia Familiar na Prática*, 1.
- Gillath, O., Karantzas, G. C., & Fraley, R. C. (2016). *Adult attachment: A concise introduction to theory and research*. Academic Press.
- Griep, R. H., Chor, D., Faerstein, E., Werneck, G. L., & Lopes, C. S. (2003). Suporte social e saúde mental: revisão de literatura. *Cadernos de Saúde Pública*, 21(6), 1881-1895.

- Godbout, N., Dutton, D. G., Lussier, Y., & Sabourin, S. (2009). Early exposure to violence, domestic violence, attachment representations, and marital adjustment. *Personal Relationships*, 16(3), 365–384.
- Gonçalves, R.A. (2005) A Avaliação de Ofensores Violentos e Perigosos: O caso dos agressores Conjugais. *Psicologia Forense*. Coimbra: Quarteto
- Gonçalves, R. A., e Cunha, O. (2018). Agressores nas relações de intimidade: O olhar da psicologia. *Violência Doméstica e de Género: Uma abordagem multidisciplinar* (pp. 207-228). Lisboa: Pactor.
- Goodman, L. A., Dutton, M. A., Weinfurt, K., & Cook, S. (2003). The intimate partner violence strategies index. *Violence Against Women*, 9(2), 163-186.
<https://doi.org/10.1177/1077801202239004>
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511–524.
- Hirsch, B. J. (1980). Natural support systems and coping with major life changes. *American Journal of Community Psychology*, 8(2), 159-172
- Holt, A. (2011). *Discourse analysis as a research method: Its origins and characteristics*. Nurse Researcher, 18(3), 3–7. <https://doi.org/10.7748/nr2011.04.18.3.3.c8459>
- House, J. S. (1981). *Work stress and social support*. Addison-Wesley Pub. Co.
- Howard, L., Trevillion, K., Agnew-Davis, R. (2010). Domestic Violence and Mental Health. *International Review of Psychiatry*, 22(5): 525–534
- Jackson, S. (2001). *Heterosexuality in question*. London: SAGE Publications.
- Johnson, M.P.(2006). Violence and Abuse in Personal Relationships: Conflict, Terror and Resistance in Intimate Partnerships. *The Cambridge Handbook of Personal Relationships*. New York: Cambridge University Press
- Kalmuss, D. (1984). The intergenerational transmission of marital violence. *Journal of Marriage and Family*, 46(1), 11-19. <https://doi.org/10.2307/352618>

- Kreppner, K. (2000). The child and the family: Inter- dependence in developmental pathways. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*. V.16, 11-22.
- Kropp, R. (2008). Intimate Partner Violence Risk Assessment and Managment. *Violence and Victims*, Vol. 23, Nº 2, pp. 202-220. DOI: 10.1891/0886-6708.23.2.202
- Koprowski, A., Galindo, G., Gomes, L. (2020). Conflito Conjugal e Sistema Parental: Uma Revisão Integrativa da Literatura Nacional. *Pensando Famílias*, 24(2)
- Lakey, B., & Orehek, E. (2011). Relational regulation theory: A new approach to explain the link between perceived social support and mental health. *Psychological Review*, 118(3), 482–495. <https://doi.org/10.1037/a0023477>
- Lin, N., & Ensel, W. M. (1989). Life stress and health: Stressors and resources. *American Sociological Review*, 54(3), 382-399.
- Lopes, I. Q. (2021). A influência do funcionamento familiar, do suporte social e de variáveis associadas à COVID-19 na saúde mental de estudantes universitários. *Repositório da Universidade de Coimbra*. <https://hdl.handle.net/10316/96501>
- Luz, E. V. M., Borges, M. M., & Van de Riet, K. H. (2024). Impactos Psicológicos Ocasionados pela Dependência Emocional em Mulheres nos Relacionamentos Abusivos. *Repositório Institucional*, 3(1).
- Macewen, K. E., & Barling, J. (1988). Effects of parental physical abuse on children's future behavior. *Journal of Family Psychology*, 2(2), 153-167. <https://doi.org/10.1037/h0089752>
- Machado, C., Gonçalves, M. M. e Matos, M. (2015). *Manual da Escala de Crenças sobre Violência Conjugal (E.C.V.C.) e Inventário de Violência Doméstica*. 3ª Edição, Psiquilibrios Edições. Braga.
- Madeiros, R., Relva, I., & Fernandes, O. (2022). Funcionamento familiar e a sua relação com a regulação emocional na adolescência. *PsychTech & Health Journal*, 5(2), 11-29

- Magalhães, B., Zanello, V., Ferreira, I. (2023). Affects and Emotionalities in Women Who have Suffered Intimate Partner Violence. *Psicologia: Teoria e Prática*, 25(3), DOI: 10.5935/1980-6906
- Margolin, G. (2005). Children's Exposure to Violence. *Journal of Interpersonal Violence*, Vol. 20 No 1, doi: 10.1177/0886260504268371
- Martins, P. F., Zavaschi, M. L. (2011). Suporte social, qualidade de vida e bem-estar psicológico. *Revista de Psiquiatria Clínica*, 38(6), 217-221.
<https://doi.org/10.1590/S0101-60832011000600005>
- Martins, S., & Lopes, F. (2017). A importância do apoio familiar no ajustamento psicológico: uma revisão sistemática. *Revista Portuguesa de Psicologia*, 51(2), 123–138.
- Martínez-López, Z., Fuentes, M. C., & Sánchez-Meca, J. (2019). Emotional dependence and intimate partner violence: A meta-analytic review. *Psychology of Violence*, 9(6), 660–670. <https://doi.org/10.1037/vio0000230>
- Matos, A. C., Netto, K., & Andrade, C. (2025). A dependência emocional em mulheres adolescentes: Um estudo à luz da teoria Psicossocial de Erik Erikson e John Bowlby. *Repositório Institucional*, 3(2).
- Matos, M. (2005) Avaliação Psicológica de Vítimas de Maus-Tratos Conjugais. *Psicologia Forense*. Coimbra: Quarteto
- Matos, M. (2006). *Violência doméstica: Uma abordagem psicológica*. Coimbra: Quarteto.
- Matos, M., & Gonçalves, M. (2009). Violência na intimidade: Contributos da psicologia para a compreensão das vítimas. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 10(2), 269–283
- Melo, O., & Mota, C. (2013). Vinculação amorosa e bem-estar em jovens de diferentes configurações familiares. *Psicologia em Estudos*, 18(4), 587-597.
- Mendes, I. (2015). A natureza pública do crime de violência doméstica conjugal: Uma perspectiva crítica. *Faculdade de Direito da Universidade de Coimbra*. Coimbra.
- Mihalic, S. W., & Elliot, D. S. (1997). *A social learning theory model of youth violence*. *Juvenile Justice Bulletin*.

- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. New York: Guilford Press
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2016). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change* (2nd ed.). *The Guilford Press*.
- Moos, R. H., & Moos, B. S. (1995). Family Environment Scale Manual: *Development, Applications, Research*. Consulting Psychologists Press.
- Nadirlene, G., Erdmann, A., Stulp, P., Dinis, N., Correia, C., & Andrade, S. (2014). Cuidado às mulheres em situação de violência conjugal: importância do psicólogo na Estratégia de Saúde da Família. *Psicologia Usp*. doi: 10.1590/S0103-65642014000100007
- Nascimento Otto, A. F., & Ribeiro, M. A. (2022). Fundamentos Epistemológicos da Teoria de Murray Bowen. *Nova Perspectiva Sistêmica*, 30(70), 51–63.
<https://doi.org/10.38034/nps.v30i70.614>
- Neto, P., Fluck, É. & Grzybowski, L. S. (2020). Parentalidade e problemas emocionais e comportamentais: análise transgeracional a partir da Teoria de Murray Bowen. *Pensando famílias*, 24(1), 96-112
- Oliveira, D. S., & Ribeiro, A. M. (2012). Critérios de manutenção do suporte familiar em mulheres vítimas de violência doméstica. *Revista de Psicologia da UNESP*, 11(1), 79-88.
- Oliveira, R. S., & Menezes, G. M. (2020). Dependência econômica e suporte financeiro familiar em casos de violência doméstica. *Serviço Social & Sociedade*, 141(2), 320-335.
- Ornelas, J. (1994). Suporte Social: Origens, Conceitos e Áreas de Investigação. *Análise Psicológica*. 2-3(XII): 333-339
- Palma, R. da C. S. (2019). O papel do suporte social na saúde mental de vítimas de violência na idade adulta. *Repositório Iscte*. DOI: <http://hdl.handle.net/10071/18839>
- Patton, S., Szabo, Y., Newton, T. (2021). Mental and Physical Health Changes Following an Abusive Intimate Relationship: A Systematic Review of Longitudinal Studies. *Trauma, Violence, & Abuse* 1-14. DOI: 10.1177/1524838020985554

- Pence, E., & Paymar, M. (1993). *Education Groups for Men Who Batter: The Duluth Model*. New York: Springer Publishing Company.
- Pestana, M. H., & Gageiro, J. J. (2003). *Análise de dados para ciências sociais: A complementaridade do SPSS*. Edições Sílabo.
- Pinto, J. (2018). O impacto da violência doméstica: Uma análise psicossocial. *Revista Portuguesa de Psicologia*, 16(2), 103-121.
- Prata, F. X. P. (1979). A terapia familiar como processo. *Análise Psicológica*, 2, 379-389.
- Rabelo, I., Araújo, M. (2008). Violência de gênero na perspectiva da saúde mental. *Revista de Psicologia da Unesp*, 7(1)
- Ribeiro, J. L. P. (1999). Escala de Satisfação com o Suporte Social (ESSS). *Análise Psicológica*, 17(3), 547-558. doi:<https://repositorio-aberto.up.pt/handle/10216/11471>
- Rodrigues, M. A., Matos, P. M., & Lima, M. L. (2020). Social support and psychological well-being in abusive relationships: A study with female victims. *Journal of Interpersonal Violence*, 35 (23-24), 5597-5618
- Rodrigues, S., Chalub, A., (2009). *Apego e desenvolvimento infantil: implicações nas relações interpessoais*. Salvador: UFBA
- Rounsaville, B. J. (1978). Theories in marital violence: Evidence from a study of battered women. *Victimology*, 3(1-2), 11-31.
- Rutter, M. (1994). Family discord and conduct disorder: Cause, consequence, or correlate? *Journal of Family Psychology*, 8(2), 170–186. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.8.2.170>
- Santos, L. F., & Mendes, A. P. (2022). Abordagem mista na análise do suporte familiar em casos de violência doméstica. *Revista Brasileira de Pesquisa Qualitativa*, 4(2), 123-138.
- Santos, R., Oliveira, C., & Teixeira, L. (2020). Redes de suporte informal e saúde mental: o papel da família em tempos de crise. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 21(3), 431–442. <https://doi.org/10.15309/20psd210305>

- Sarason, I.G., Sarason, B.R., & Pierce, G.R. (1990). Social Support: The Search for Theory. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 9, 133-147.
- Shahana, R. (2015). The influence of social constructions of family on abused women's help-seeking after domestic violence. *South African Review of Sociology*, 46(4):24-38. doi: 10.1080/21528586.2015.1100098
- Scribel, M.C., Sana R., Benedetto M.A. (2007). Os esquemas na estruturação do vínculo conjugal. *Revista Brasileira Terapias Cognitivas*, 3 (2), 1-10.
- Shaver, P. R., Hazan, C., & Bradshaw, D. (1988). Love as attachment: The integration of three behavioral systems. In J. Sternberg & M. L. Barnes (Eds.), *The psychology of love*. New Haven. pp. 68-99.
- Silva, D., & Ferreira, P. L. (2018). Suporte social e qualidade de vida: a perspectiva das famílias cuidadoras. *Revista de Enfermagem Referência*, 4(16), 65–74. <https://doi.org/10.12707/RIV17077>
- Silvana, A., Alves, C. (2019). Violência doméstica contra a mulher: contexto sociocultural e saúde mental da vítima. *Research, Society and Development*. V. 9, n. 3
- Skowron, E. A., & Friedlander, M. L. (1998). "The Differentiation of Self Inventory: Development and Initial Validation." *Journal of Counseling Psychology*, 45(3), 235-246.
- Slabbert, I. e Green, S. (2014). Types of domestic violence experienced by women in abusive relationships. *Social Work*, 43, pp. 234-247. DOI: 10.15270/49-2-67
- Soares, M. (2009). Crenças e atitudes sobre violência doméstica e satisfação com o suporte social em sujeitos adictos e não-adictos. *Tese de Mestrado em Psicologia Clínica*. ISPA, Lisboa.
- Sobral, M.; Almeida, P.; Costa M. (2010). Medo da intimidade, vinculação e divórcio parental: Um estudo com jovens adultos. *VII Simpósio Nacional de Investigação em Psicologia*, 993-1009.

- Soria, M. A., Armadans, I., Viñas, M. R., & Yepes-Baldó, M. (2009). Homicide and domestic violence: Are there different psychological profiles mediated by previous violence exerted on the victim? *The European Journal of Psychology Applied to Legal Context*, 1(2), 177-192.
- Sousa, F., Figueiredo, M. & Erdmann, A. (2010). Instrumentos para avaliação e intervenção na família: um estudo descritivo. ISSN-2179-6238
- Stark, E., & Hester, M. (2019). Coercive Control: Update and Review. *Violence Against Women*, 25(1), 81-104. <https://doi.org/10.1177/1077801218816191>
- Straus, M. A. (1973). A general theory of violence and family structure. *Social Problems*, 20(2), 172-186. <https://doi.org/10.1525/sp.1973.20.2.03a00050>
- Tello, J. (2015). Dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja. *Revista de Psicología*, Vol. 33 (2). ISSN 0254-9247
- Thoits, P. A. (2011). Mechanisms linking social ties and support to physical and mental health. *Journal of Health and Social Behavior*, 52(2), 145-161. doi: 10.1177/0022146510395592.
- Uchino B. N. (2006). Social support and health: a review of physiological processes potentially underlying links to disease outcomes. *Journal of behavioral medicine*, 29(4), 377–387. <https://doi.org/10.1007/s10865-006-9056-5>
- Umberson, D., & Chen, M. (2005). Social relationships and health: The relative roles of family functioning and social support. *Social Science & Medicine*, 61(10), 2185–2195.
- Urbiola, I., Estévez, A., & Iruarrizaga, I. (2017). Emotional dependence and intimate partner violence: A cross-sectional study. *Anales de Psicología*, 33(1), 71–78. <https://doi.org/10.6018/analesps.33.1.229231>
- Wills, T. A., & Shinar, O. (2000). Measuring perceived and received social support. *A guide for health and social scientists* (pp. 86-135). Oxford University Press.
- Walker, L. (1979). *The Battered Women*. Harper and Row. NY.
- Walker, L. E. (2009). *The battered woman syndrome* (3rd ed.). Springer Publishing.

- Wagar, T., & Rodway, C. (1995). Violence in the family: The intergenerational transmission of aggression. *Family Relations*, 44(3), 372-380. <https://doi.org/10.2307/584986>
- Wagner, A., & Oliveira, M. S. (2006). Adaptação e validação da Family Environment Scale para a população brasileira. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 19(3), 508-515. <https://doi.org/10.1590/S0102-79722006000300019>
- Widom, C. S. (1989). The cycle of violence. *Science*, 244(4901), 160-166.
- Wood, J. T. (2001). The normalization of violence in heterosexual romantic relationships: Women's narratives of love and violence. *Journal of Social and Personal Relationships*, 18(2), 239–261. <https://doi.org/10.1177/0265407501182005>
- Vicary E, Kapadia D, Bee P, Bennion M, Brooks H. The impact of social support on university students living with mental illness: a systematic review and narrative synthesis. *J Ment Health*. doi: 10.1080/09638237.2024.2408237
- Vieira, A. C. A., do Nascimento, C. D. P., & Jordão, G. B. (2024). A Invisibilidade da Violência Psicológica vivenciada por mulheres vítimas de relacionamento abusivo com o parceiro íntimo. *Repositório Institucional*, 2(2).
- Yakubovich, A. R., Stöckl, H., Murray, J., Melendez-Torres, G. J., Steintert, J. I., Glavin, C. e Humphreys, D. K. (2018). Risk and Protective Factors for Intimate Partner Violence Against Women: Systematic Review and Meta-analyses of Prospective- Longitudinal Studies. *American Journal of Public Health*, Vol.108. DOI:10.2105/AJPH.2018.304428
- Zancan, N.; Wassermann, V., Lima, G. (2013) A violência doméstica a partir do discurso de mulheres agredidas. *Pensando famílias*. Vol.17, N.1 pp. 63-76

APÊNDICES

APÊNDICE A. CONSENTIMENTO INFORMADO

Consentimento Informado



A Influência do Suporte Familiar e Social nos Relacionamentos Abusivos

Eu, Joana Oliveira, sou estudante do 2º ano de Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde da Universidade de Lisboa e encontro-me a realizar a dissertação de mestrado, sob orientação da Profª Doutora Joana Gonçalves Lopes, subordinado ao tema dos relacionamentos abusivos e da influência que o suporte familiar e social exerce sobre eles. Neste âmbito, venho por este meio solicitar a sua colaboração, respondendo a quatro questionários. A sua participação é voluntária e irá contribuir para o estudo do tema, pelo que para mim é muito importante. Asseguro que os seus dados pessoais são confidenciais, estando ao abrigo do direito do sigilo e que as conclusões obtidas, durante a investigação serão utilizadas apenas para fins académicos. Apesar do anonimato e confidencialidade, informo que poderá desistir a qualquer altura da investigação.

Relembra-se que as suas respostas são estritamente **anónimas e confidenciais**.

Se tiver dúvidas ou necessitar de esclarecimento adicionais pode contactar-me através do e-mail 11001723@lis.ulusiada.pt

Agradeço a sua prestimosa colaboração que muito contribui para o meu processo de aprendizagem.

Lisboa, _____ de _____ de _____

(Assinatura do participante)

APÊNDICE B. QUESTIONÁRIO SOCIODEMOGRÁFICO

Questionário Sociodemográfico

ID: _____

Data da aplicação: ____/____/____

Cara/o participante,

A sua participação é voluntária, a informação recolhida é confidencial e apenas a equipa de investigação responsável pelo projeto terá acesso a ela. O que é importante é que responda com sinceridade a todas as questões.

A sua resposta a este questionário é muito importante para os resultados a obter desta investigação.

Caso ainda se encontre a viver um relacionamento abusivo, ou conhecer alguém a passar por esta situação, fica em baixo uma lista de contactos a quem poderá recorrer e pedir ajuda.

LAV - Linha de Apoio à Vítima

Tel.: 116 006 (Chamada gratuita - dias úteis: 08h-22h)

APAV - GAV de Lisboa

Tel.: 21 358 7900

Endereço: Rua José Estevão 135A, 1150-201 Lisboa

CIG - Comissão para a Cidadania e Igualdade de Género

Tel.: 217 983 000 / 222 074 370

E-mail: cig@cig.gov.pt / cignorte@cig.gov.pt

FEM- Feministas em Movimento

Tel.: 800 918 245 (Dias úteis das 10h às 00h)

UMAR - União de Mulheres Alternativa e Resposta

Tel.: 969 373 758 | 212 942 198

E-mail: umaralmada@umar.pt

Agradecemos desde já a sua participação.

() Aceito participar neste estudo

☐ Não aceito

I- Dados Sociodemográficos

1. Sexo:

☐ Feminino

☐ Masculino

2. Idade: _____

3. Nacionalidade? _____

4. Estado civil:

☐ Solteira

☐ Casada

☐ Divorciada

☐ Viúva

4.1. Neste momento está numa relação amorosa?

5. Anos de escolaridade: _____

6. Profissão principal: _____

7. Estatuto laboral

☐ Com emprego

☐ Desempregada

☐ Estudante

8. Tem filhos?

☐ Sim

8.1 Quantos filhos tem e que idade têm?: _____

8.2. Os seus filhos são fruto deste relacionamento (abusivo) que viveu? _____

8.3. Os seus filhos foram impactados por esse relacionamento? De que forma? _____

9. Tem irmãos?

☐ Sim

☐ Não

9.1. Se sim, quantos irmãos tem? _____

9.2. Que idade têm? _____

9.3. Como caracterizaria a sua relação com os seus irmãos? _____

10. Com quem vive?

☐ Sozinha

☐ Companheiro

☐ Filhos

☐ Pais

☐ Avós

☐ Outros

11. Alguma vez foi diagnosticada com alguma perturbação do foro psicológico?

☐ Sim

☐ Não

11.1. Com que perturbação foi diagnosticada? _____

11.2. Quando recebeu este diagnóstico? _____

11.3. Está a ter acompanhamento psicológico? _____

11.4. Que especialidade de acompanhamento tem? (terapia cognitivo-comportamental, psicanálise...) _____

12. Onde passa a maior parte do seu tempo?

☐ Casa própria

☐ Casa de familiares

☐ Casa de amigos

☐ Trabalho

☐ Espaços públicos

☐ Outro: _____

13. Com quem passa a maior parte do seu tempo?

☐ Sozinha

☐ Pais

☐ Companheiro

☐ Filhos

☐ Amigos

☐ Outros: _____

II- Dados do Suporte Familiar

14. Considera ter uma boa rede de suporte familiar? (Entenda-se por suporte familiar, a percepção de que é uma pessoa amada, valorizada e integrante de uma rede de comunicação e obrigações recíprocas (Cobb, 1976)]

☐ Sim

☐ Não

☐ Em parte

15. Com que frequência mantém contacto com sua família?

☐ Diariamente

☐ Semanalmente

☐ Mensalmente

☐ Raramente

16. Sente-se à vontade para partilhar os seus problemas pessoais com a sua família?

☐ Sim

- ☐ Não
- ☐ Às vezes

17. A sua família participa ativamente na sua vida?

- ☐ Sim
- ☐ Não
- ☐ Parcialmente

18. Em situações de conflito, sente que a sua família lhe oferece apoio?

- ☐ Sim
- ☐ Não
- ☐ Às vezes

II- Dados do Relacionamento Abusivo

19. Alguma vez viveu uma relação íntima abusiva? [Entenda-se por relacionamento abusivo, qualquer relação interpessoal em que uma das partes exerce controle, poder ou dominação sobre a outra, por meio de comportamentos que podem incluir violência física, psicológica, emocional, sexual ou financeira. É caracterizado pelo desequilíbrio de poder, onde o abusador manipula, humilha e intimida a vítima, resultando em sofrimento e prejuízos ao bem-estar e à autoestima da pessoa envolvida (Loring, 1994)]

- ☐ Sim
- ☐ Não

19.1. Quanto tempo esteve nesse relacionamento?

- ☐ Menos de 6 meses
- ☐ De 6 meses a 1 ano
- ☐ De 1 a 2 anos
- ☐ Mais de 2 anos

19.2. Com que idade iniciou esse relacionamento?

- ☐ Antes dos 20 anos
- ☐ Entre os 20 e 30 anos
- ☐ Entre os 30 e 40 anos
- ☐ Entre os 40 e 50 anos

19.3. Esse relacionamento abusivo já terminou?

- ☐ Sim
- ☐ Não

19.4. Se sim, há quanto tempo terminou? _____

20. Após esse relacionamento voltou a viver alguma relação abusiva?

- ☐ Sim
- ☐ Não

21. 1. Passado quanto tempo surgiu essa relação? _____

21.2. Esse relacionamento já terminou? _____

21.3. Quanto tempo durou essa relação? _____

22. A violência que viveu foi (ou é) de que tipo? **(pode marcar mais de uma opção)**

☐ **Física** [qualquer forma de violência física que o/a agressor/a inflige à outra pessoa. Pode traduzir-se em comportamentos como esmurrar, pontapear, estrangular, queimar, induzir ou impedir que a outra pessoa obtenha medicação ou tratamentos (APAV, 2024)]

☐ **Psicológica** [qualquer comportamento do/a agressor/a que visa fazer a outra pessoa sentir-se com medo ou inútil. Poderá incluir comportamentos como ameaçar os/as filhos/as, magoar os animais de estimação, humilhar a outra pessoa na presença de amigos/as, familiares ou em público, entre outros (APAV, 2024)]

☐ **Financeira** [qualquer comportamento que intente controlar o dinheiro da outra pessoa, sem que esta o deseje. Alguns destes comportamentos podem ser: controlar o ordenado da outra

pessoa; recusar dar dinheiro ou forçá-la a justificar qualquer gasto; ameaçar retirar o apoio financeiro como forma de controlo (APAV, 2024)]

() **Sexual** [qualquer comportamento em que o/a agressor/a força a outra pessoa a protagonizar atos sexuais que não deseja. Alguns exemplos podem ser: pressionar ou forçar a outra pessoa a ter relações sexuais; pressionar, forçar ou tentar que a outra pessoa mantenha relações sexuais desprotegidas; forçar a outra pessoa à prática de atos sexuais com outras pessoas (APAV, 2024)]

() **Outro tipo** (por exemplo: social, perseguição,...): _____

23. Sofreu a violência por parte do seu parceiro através de meios digitais? (entendam-se redes sociais, e-mail,...)

() Sim

() Não

23.1. Quais foram os meios digitais e de que forma ele a violentou? _____

23.2. Que solução procurou? _____

24. Sente que teve apoio para sair desse relacionamento abusivo?

() Sim

() Não

24.1. Se considera que não, porquê? _____

24.2. Se sim, de onde veio esse apoio? (Pode seleccionar todas as opções que considere elegíveis)

() Família

() Amigos

() Instituições de apoio (ex.: APAV)

() Psicólogo/Terapia

() Outro: _____

25. Considera que o suporte familiar tem, ou que teve, influenciou a sua capacidade de lidar ou de ultrapassar esse tipo de relacionamento?

☐ Sim

☐ Não

26. Conhece os recursos existentes disponíveis para pessoas que estejam a viver relacionamentos abusivos e precisem de ajuda? (como serviços de apoio, delegacias especializadas etc.)?

☐ Sim

☐ Não

27. Já procurou ajuda em alguma instituição ou serviço especializado?

☐ Sim

☐ Não

27.1. Se sim, qual foi a instituição? _____

28. Que fatores identifica terem-na ajudado a sair dessa relação? _____

29. Por outro lado, que fatores considera que dificultaram essa “saída”?

Muito obrigado pela sua participação!

APÊNDICE C. CRONOGRAMA DE ELABORAÇÃO DA DISSERTAÇÃO

Cronograma

Mês	Tarefa
outubro	Finalização do Projeto Submissão do Projeto para a Comissão de Ética Finalização da 1ª versão da revisão da literatura
novembro	Revisão da literatura finalizada
dezembro	Permissão de início de recolha de dados Processo de recolha de dados
janeiro	Processo de recolha de dados
fevereiro	Revisão geral da revisão da literatura e estrutura da Dissertação Processo de recolha de dados
março	Processo de recolha de dados Inserção dos dados recolhidos em base de dados
abril	Continuação da inserção dos dados recolhidos em base de dados Tratamento de Dados Fim da Recolha de Dados
maio	Análise dos dados obtidos Escrita e análise dos resultados obtidos
junho	Escrita e análise dos resultados Escrita final dos resultados e entrega à orientadora
julho	Escrita da Discussão Final Revisão geral da Dissertação Entrega da Dissertação à orientadora para revisão e correção final Entrega e submissão da Dissertação de Tese final

ANEXOS

ANEXO A. ESCALA DE SATISFAÇÃO COM O SUPORTE SOCIAL (ESSS) DE PAIS RIBEIRO

(1994)

A seguir vai encontrar várias afirmações, seguidas de cinco letras. Marque a letra que melhor qualifica a sua forma de pensar. Por exemplo, na primeira afirmação, se pensa quase sempre, que por vezes se sente só no mundo e sem apoio, deverá assinalar a letra **A**, se acha que nunca pensa isso deverá assinalar a letra **E**.

ITENS	Concordo Totalmente	Concordo na maior parte do tempo	Não concordo nem discordo	Discordo na maior parte do tempo	Discordo Totalmente
1- Por vezes sinto-me só no mundo e sem apoio	A	B	C	D	E
2-Não saio com amigos tantas vezes quantas eu gostaria	A	B	C	D	E
3-Os amigos não me procuram tantas vezes quantas eu gostaria	A	B	C	D	E
4-Quando preciso de desabafar com alguém encontro facilmente amigos com quem o fazer	A	B	C	D	E
5-Mesmo nas situações mais embaraçosas, se precisar de apoio de emergência tenho várias pessoas a quem posso recorrer	A	B	C	D	E
6-Às vezes sinto falta de alguém verdadeiramente íntimo que me compreenda e com quem possa desabafar sobre coisas íntimas	A	B	C	D	E
7-Sinto falta de atividades sociais que me satisfaçam	A	B	C	D	E

8-Gostava de participar mais em atividades de organizações (p.ex. clubes desportivos, escuteiros, partidos políticos, etc.)	A	B	C	D	E
9-Estou satisfeito com a forma como me relaciono com a minha família	A	B	C	D	E
10-Estou satisfeito com a quantidade de tempo que passo com a minha família	A	B	C	D	E
11-Estou satisfeito com o que faço em conjunto com a minha família	A	B	C	D	E
12-Estou satisfeito com a quantidade de amigos que tenho	A	B	C	D	E
13-Estou satisfeito com a quantidade de tempo que passo com os meus amigos	A	B	C	D	E
14-Estou satisfeito com as atividades e coisas que faço com o meu grupo de amigos	A	B	C	D	E
15-Estou satisfeito com o tipo de amigos que tenho	A	B	C	D	E

**ANEXO B. QUESTIONÁRIO DE DEPENDÊNCIA EMOCIONAL (QDE) DE RODRIGUES E
ARANTES (2021)**

INSTRUÇÕES

A seguir, encontrará afirmações que uma pessoa poderia usar para descrever a si mesma a respeito aos seus relacionamentos amorosos. Por favor, leia cada frase e marque um “X” na que melhor lhe descreve. Quando não estiver segura/o, baseie a sua resposta no que sente, não no que pensa ser o correto. Escolha a pontuação que melhor lhe descreve, utilizando a escala de resposta a seguir:

1	2	3	4	5	6
Completamente falso em mim	Maior parte falso em mim	Ligeiramente mais verdadeiro que falso	Moderadamente verdadeiro em mim	Maior parte verdadeiro em mim	Descreve-me perfeitamente

01. Sinto-me desamparado quando estou só.	1	2	3	4	5	6
02. Preocupa-me a ideia de abandono pelo meu(minha) parceiro(a).	1	2	3	4	5	6
03. Para atrair o meu(minha) parceiro(a) busco impressioná-lo(a) ou diverti-lo(a).	1	2	3	4	5	6
04. Faço todo o possível para ser o centro das atenções na vida do meu(minha) parceiro(a).	1	2	3	4	5	6
05. Necessito constantemente de demonstrações de afeto do(a) meu(minha) parceiro(a).	1	2	3	4	5	6
06. Se o meu(minha) parceiro(a) não liga ou não aparece à hora combinada, angustia-me ao pensar que ele(a) pode estar chateado(a) comigo.	1	2	3	4	5	6
07. Quando o meu(minha) parceiro(a) precisa de se ausentar por alguns dias, sinto-me angustiado(a).	1	2	3	4	5	6
08. Quando discuto com o meu(minha) parceiro(a) preocupa-me a ideia de ele(a) não me querer mais.	1	2	3	4	5	6
09. Eu ameaço magoar-me a mim mesma, para que o meu(minha) parceiro(a) não me deixe.	1	2	3	4	5	6
10. Sou uma pessoa carente e frágil.	1	2	3	4	5	6
11. Preciso muito que o meu(minha) parceiro(a) seja atencioso(a) comigo.	1	2	3	4	5	6
12. Preciso de ter uma pessoa para quem eu seja mais especial que os demais.	1	2	3	4	5	6
13. Quando tenho uma discussão com o meu(minha) parceiro(a) sinto-me vazio(a).	1	2	3	4	5	6

14. Sinto-me muito mal se o meu(minha) parceiro(a) não expressa, constantemente, ter afeto por mim.	1	2	3	4	5	6
15. Sinto medo que o meu(minha) parceiro(a) me abandone.	1	2	3	4	5	6
16. Se o meu(minha) parceiro(a) me propõe um programa, deixo todas as atividades que estou a fazer para estar com ele(a).	1	2	3	4	5	6
17. Se não sei onde o meu(minha) parceiro(a) está, sinto-me inseguro(a).	1	2	3	4	5	6
18. Sinto uma forte sensação de vazio quando estou só.	1	2	3	4	5	6
19. Não tolero a solidão.	1	2	3	4	5	6
20. Sou capaz de fazer coisas imprudentes, até arriscar a minha vida, para preservar o amor do outro.	1	2	3	4	5	6
21. Se tenho planos e o meu(minha) parceiro(a) aparece com outros, mudo os meus planos só para estar com ele(a).	1	2	3	4	5	6
22. Afasto-me muito dos meus amigos quando estou em um relacionamento amoroso.	1	2	3	4	5	6
23. Divirto-me somente quando estou com o meu(minha) parceiro(a).	1	2	3	4	5	6

**ANEXO C. ESCALA DE CRENÇAS DA VIOLÊNCIA CONJUGAL (ECVC) DE MACHADO, M.,
MATOS, M., E GONÇALVES, M. M., (2008)**

Vai encontrar de seguida um conjunto de afirmações em relação às situações de maus tratos e conflito dentro do casamento (ou relações matrimoniais). Pede-se que **leia atentamente** essas frases e exprima a sua opinião em relação a cada uma delas. Não existem respostas certas ou erradas. A **sua opinião** é o mais importante.

Por favor, tente responder de acordo com a sua forma de pensar e sentir e **não como acha que deveria ser.**

Avalie cada afirmação, colocando um **(X)** na opção que melhor traduza o seu modo de pensar. Assegure-se de que respondeu a todas as questões, devendo optar **apenas por uma das hipóteses** apresentadas.

1 - O problema dos maus tratos dentro do casamento afeta uma pequena percentagem da população.

Discordo Totalmente	Discordo	Não Concordo Nem Discordo	Concordo	Concordo Totalmente
---------------------	----------	---------------------------	----------	---------------------

2 - Os maus tratos ocorrem apenas em famílias de baixo nível educacional e económico.

Discordo Totalmente	Discordo	Não Concordo Nem Discordo	Concordo	Concordo Totalmente
---------------------	----------	---------------------------	----------	---------------------

3 - Os maus tratos só ocorrem quando há outros problemas dentro da família (p. ex., desemprego, consumo de drogas, problemas de dinheiro).

Discordo Totalmente	Discordo	Não Concordo Nem Discordo	Concordo	Concordo Totalmente
---------------------	----------	---------------------------	----------	---------------------

4- O mais importante para as crianças é que a família permaneça unida, mesmo quando há violência no casal.

Discordo Totalmente	Discordo	Não Concordo Nem Discordo	Concordo	Concordo Totalmente
---------------------	----------	---------------------------	----------	---------------------

5 - É a ideia de as mulheres quererem ter tantos direitos como os homens que causa problemas entre o casal.

Discordo Totalmente	Discordo	Não Concordo Nem Discordo	Concordo	Concordo
Totalmente				

6 - A causa da violência é o abuso de álcool.

Discordo Totalmente	Discordo	Não Concordo Nem Discordo	Concordo	Concordo
Totalmente				

7 - A preocupação com a situação das mulheres que são maltratadas no casamento só serve para separar as famílias.

Discordo Totalmente	Discordo	Não Concordo Nem Discordo	Concordo	Concordo
Totalmente				

8 - Os homens batem nas mulheres apenas quando “estão de cabeça perdida”, por algum problema nas suas vidas ou por alguma coisa que elas fizeram.

Discordo Totalmente	Discordo	Não Concordo Nem Discordo	Concordo	Concordo
Totalmente				

9 - Se as mulheres se portarem como boas esposas não serão maltratadas.

Discordo Totalmente	Discordo	Não Concordo Nem Discordo	Concordo	Concordo
Totalmente				

10 - Os homens passam a agredir as mulheres porque se envolvem em relações extra-conjugais.

Discordo Totalmente	Discordo	Não Concordo Nem Discordo	Concordo	Concordo
Totalmente				

11 - Uma parceira infiel merece ser maltratada.

Discordo Totalmente	Discordo	Não Concordo Nem Discordo	Concordo	Concordo
Totalmente				

12 - Se a minha parceira me insulta, tenho razões para a agredir.

Discordo Totalmente	Discordo	Não Concordo Nem Discordo	Concordo	Concordo
Totalmente				

13 - Algumas mulheres merecem que lhes batam

Discordo Totalmente	Discordo	Não Concordo Nem Discordo	Concordo	Concordo
Totalmente				

14 - Um homem tem o direito de castigar a mulher se ela faltar ao cumprimento dos seus deveres conjugais.

Discordo Totalmente	Discordo	Não Concordo Nem Discordo	Concordo	Concordo
Totalmente				

15 - Em casos de violência conjugal, a polícia deve apenas tentar acalmar os ânimos e reconciliar o casal.

Discordo Totalmente	Discordo	Não Concordo Nem Discordo	Concordo	Concordo
Totalmente				

16 - Dar uma bofetada à parceira quanto se está aborrecido ou irritado é normal; é uma coisa sem gravidade.

Discordo Totalmente	Discordo	Não Concordo Nem Discordo	Concordo	Concordo
Totalmente				

17 - A violência conjugal é um assunto privado. Deve ser resolvido em casa.

Discordo Totalmente	Discordo	Não Concordo Nem Discordo	Concordo	Concordo
Totalmente				

18 - Os insultos são normais entre um casal.

Discordo Totalmente	Discordo	Não Concordo Nem Discordo	Concordo	Concordo
Totalmente				

19 - Uma mulher deve retirar a queixa de maus tratos contra o marido sempre que este lhe peça desculpa pelo que fez.

Discordo Totalmente	Discordo	Não Concordo Nem Discordo	Concordo	Concordo
Totalmente				

20 - Se as pessoas permanecem numa relação violenta, é porque merecem a situação em que vivem.

Discordo Totalmente	Discordo	Não Concordo Nem Discordo	Concordo	Concordo
Totalmente				

21 - Entre marido e mulher ninguém deve “meter a colher”.

Discordo Totalmente	Discordo	Não Concordo Nem Discordo	Concordo	Concordo
Totalmente				

22 - Uma bofetada não magoa ninguém.

Discordo Totalmente	Discordo	Não Concordo Nem Discordo	Concordo	Concordo
Totalmente				

23 - Algumas mulheres fazem os homens “perder a cabeça” e, por isso, é natural que eles lhes batam.

Discordo Totalmente	Discordo	Não Concordo Nem Discordo	Concordo	Concordo
Totalmente				

24 - Maridos e mulheres sempre se bateram. É natural e não tem nada de mal.

Discordo Totalmente	Discordo	Não Concordo Nem Discordo	Concordo	Concordo
Totalmente				

25 - É mais aceitável um homem bater na mulher do que ao contrário.

Discordo Totalmente	Discordo	Não Concordo Nem Discordo	Concordo	Concordo
Totalmente				