

Sandy Yakyra Araújo Sachetti
yakira.sandy@gmail.com

Acadêmica do curso Bacharel em Psicologia da Faculdade Adventista da Bahia

Rayane Holanda Gadelha
rayanegadelha23@gmail.com

Acadêmica do curso Bacharel em Psicologia da Faculdade Adventista da Bahia

Daisy Silva da Silveira
neiadoemel2@hotmail.com

Acadêmica do curso Bacharel em Psicologia da Faculdade Adventista da Bahia

Ana Flávia Soares Conceição
ana.soares@adventista.edu.br

Graduação em Psicologia pela Universidade Federal do Recôncavo da Bahia (UFRB - 2011). Doutoranda e Mestre pelo Programa de Pós-Graduação em Psicologia (POSPSI - UFBA) na linha de Psicologia do Desenvolvimento. Especialização em neuropsicologia - FTC (2012)

Wilma Raquel Barbosa Ribeiro
wilma.ribeiro@adventista.edu.br

Possui graduação em Psicologia (Formação e Licenciatura) pela Universidade Federal da Paraíba (2002), mestrado em Psicologia Social pela Universidade Federal da Paraíba (2004), e doutorado pelo programa de pós-graduação em Psicologia Social e do Trabalho da Universidade Federal da Bahia. Atualmente coordena o curso de Psicologia na Faculdade Adventista da Bahia.

Nubiorlandia Rabelo Pastor Oliveira
gal.oliveira@adventista.edu.br

Graduação em Pedagogia e Psicologia pela Faculdade Adventista da Bahia (Fadba 2004 e 2017). Mestre em Psicologia (USF-2010). Coordenadora do curso de Pedagogia da Fadba, leciona na graduação e pós-graduação.

Faculdade Adventista da Bahia

BR 101, Km 197 – Caixa Postal 18 – Capoeiruçu
- CEP: 44300-000 - Cachoeira, BA

A AUTOESTIMA E OS RELACIONAMENTOS AMOROSOS: UM ESTUDO SOBRE CASAIS DO RECÔNCAVO BAIANO

RESUMO

O presente artigo tem por intuito mensurar como autoestima é um fator benéfico nos relacionamentos amorosos, servindo como aspecto satisfatório nas experiências subjetivas de indivíduos que compartilham vivências afetivas. O objetivo dessa pesquisa é analisar a influência da autoestima e satisfação de homens e mulheres em um relacionamento amoroso. Utiliza-se a abordagem quantitativa, com um grupo de 60 pessoas, sendo 34 mulheres e 26 homens, que residem no recôncavo baiano, com a variação de idades entre 20 a 43 anos. O instrumento utilizado foi a Escala de Autoestima de Rosenberg [EAR] e a Escala ENRICH de Satisfação Conjugal ambas avaliam as variáveis descritas nessa pesquisa. Os resultados apresentam que indivíduos com uma autoestima elevada tendem a serem mais felizes nos relacionamentos amorosos do que os indivíduos que possuem uma autoestima baixa. Por tanto esse artigo oferece uma discussão prévia sobre autoestima, satisfação e amor nos relacionamentos afetivos, visto que esse tema é de interesse universal podendo conter elementos positivos e/ou negativos sendo essenciais tanto para quem os vivencia quanto para quem busca conhecimento sobre.

Palavras-chave:

autoestima. satisfação. relacionamento. influência.

Keywords:

self-esteem. satisfaction. relationship. influence.

SACHETTI, Sandy Yakyra Araújo; GADELHA, Rayane Holanda, Silveira, Daisy Silva; CONCEIÇÃO, Ana Flávia Soares, RIBEIRO, Wilma Raquel Barbosa; OLIVEIRA, Nubiorlandia Rabelo Pastor. A autoestima e os relacionamentos amorosos: um estudo sobre casais do recôncavo baiano. **Revista Formadores**: vivências e Estudos. Cachoeira, Bahia, v. 16, n.1, p. 6 - 19, março 2023.

ABSTRACT

This article aims to measure how self-esteem is a beneficial factor in love relationships, serving as a satisfactory aspect in the subjective experiences of persons who share affective experiences. The objective of this research is analyze the influence of self-esteem and satisfaction of men and women in a romantic relationship. A quantitative approach is used, with a group of 60 people, 34 women and 26 men, who live in the Bahiano Recôncavo, with ages ranging from 20 to 43 years. The instrument used was the Rosenberg Self-Esteem Scale [EAR] and the ENRICH Marital Satisfaction Scale, both of which assess the variables described in this research. The results show that individuals with high self-esteem tend to be happier in love relationships than individuals with low self-esteem. Therefore, this article offers a preliminary discussion on self-esteem, satisfaction and love in affective relationships, as this topic is of universal interest and may contain positive and/or negative elements, being essential both for those who experience them and for those seeking knowledge about themselves.

1. INTRODUÇÃO

A autoestima é um fator essencial na construção e manutenção do bem-estar social, emocional e mental (PLUMMER, 2012). Ela está relacionada com a maneira que o ser humano define suas metas, traça suas expectativas, aceita a si mesmo e valoriza o outro. Sendo assim, compreende-se autoestima desenvolvida quando os sujeitos mantêm bons relacionamentos intra e interpessoais, ou seja, o indivíduo procura manter boas relações consigo mesmo e com os outros que estão ao seu redor (ANDRADE, SOUZA E MINAYO, 2009).

O estudo de Mafra (2015) pontua que a autoestima dos homens está modulada pelo status social, já a das mulheres está conciliada com a sua atratividade física, pois são características que tendem a revelar a sua capacidade reprodutiva. Portanto a atratividade seria o fator mais relevante para a autoavaliação feminina enquanto as características ligadas à capacidade de obtenção de recursos seriam mais importantes para o masculino, contudo a autoestima relaciona-se mais às características físicas para mulheres do que para homens (DANTAS E GUEDES, 2017).

Diante deste contexto é considerado os marcadores da aproximação afetivo sexual entre homens e mulheres na contemporaneidade, observa-se que a autoestima tem papel importante nesta vinculação e na manutenção desses laços. Dentro dos mais diversos tipos de relacionamentos encontra-se o relacionamento amoroso que é quando duas pessoas compartilham suas vivências, afetos, desejos e trocam experiências românticas e íntimas.

Os relacionamentos amorosos são vistos como uma fonte de bem-estar, um dos fatores de proteção para saúde mental, favorecendo o crescimento individual e a satisfação conjugal. Sendo um meio de contribuição tanto positiva, quanto negativa, dependendo da maneira que é construído.

Quando a base da relação se estabelece sob o respeito, confiança e a intimidade certamente torna-se satisfatório para ambas as partes (SCHLOSSER, 2015).

Acredita-se que a autoestima também está relacionada com o amor apaixonado descrito por Hatfield (1988), onde o desejo intenso por outra pessoa requer reciprocidade gerando nos indivíduos êxtase e satisfação, tornando assim pessoas mais felizes e saudáveis. Contudo é preciso que os sujeitos estejam atentos, mantendo um equilíbrio de valorização do outro e de si. A autoestima tem a ver com o nível de satisfação do sujeito em relação a suas vivências, muitas vezes o indivíduo não enxerga motivos satisfatórios em seu relacionamento amoroso, passando essa informação de forma negativa para seu parceiro (SCHULTHEISZ e APRILE, 2013).

As interações, os afetos e os compromissos que resultam desta relação geram sentido para a vida das pessoas, o tema relacionamentos amorosos tem sido uma das áreas mais importantes da vida humana. Tornando-se problemático, quando as relações não são positivas e os parceiros se sentem ameaçados com a realidade das suas experiências afetivas (ALMEIDA, 2013). Uma das possíveis ameaças pode ser problemas com a autoestima do sujeito, uma pessoa insegura de si, com dificuldades de se amar, provavelmente também apresentará dificuldades de amar outra pessoa.

Um fator que vem propiciar eventos negativos na relação, é a insegurança demasiada de um dos cônjuges, que pode se tornar uma fonte para um termo denominado por Schlosser (2014) como ``ciúme romântico`` comprometendo a qualidade da relação. O ciúme romântico se configura como um conjunto de emoções desencadeadas por sentimentos que tendem ameaçar a estabilidade de um relacionamento saudável, entre o amor e confiança do casal. Acredita-se que a insegurança de si, o ciúme do parceiro e problemas com autoestima estão interligados.

Qual a influência da autoestima nos relacionamentos amorosos dos casais do recôncavo baiano? Almeida (2013) pontua indivíduos que apresentam autoestima esmagada, se decepcionam e fragilizam-se diante das desavenças, casos de ciúmes, infidelidade que geralmente causam desconfiças, brigas e términos de relacionamentos.

Embora seja encontrado referenciais sobre autoestima e relacionamentos amorosos, não há um vasto embasamento teórico sobre a junção das duas temáticas, esta pesquisa se constitui relevante tanto para pessoas que estão em um relacionamento amoroso, quanto para os que têm um interesse em compreender a forma pela qual indivíduos adultos desfrutam da experiência afetiva, não de forma prejudicial, dependente e abusiva, mas saudável. Nota-se a importante em debater profundamente o tema, visto que relacionamentos conflitantes e abusivos sejam um fenômeno antigo na história humana, afetando negativamente a qualidade de vida dos indivíduos contemporâneos (BARRETO, 2018).

Compreende-se que os relacionamentos podem apresentar elementos positivos e/ou negativos, contribuindo para a qualidade de vida. Enquanto os fatores de proteção vinculam-se aos sentimentos e comportamentos nas relações amorosas que contribuem para o desenvolvimento intra e interpessoal, os fatores de riscos relacionam-se aos eventos negativos que aumentam a probabilidade de problemas individuais e conjugais na vida do sujeito (SCORSOLINI, COMIN, 2010).

Por tanto, o objetivo dessa pesquisa é analisar a influência da autoestima de homens e mulheres adultos do gênero sis, que vivenciam um relacionamento amoroso no recôncavo baiano. Compreender como a satisfação, autoestima e amor relacionam-se com a autoestima dos indivíduos que estão vivenciando um relacionamento amoroso. Além disso, buscou-se verificar possíveis diferenças entre homens e mulheres que tendem a ficar ou não mais satisfeitos nos relacionamentos amorosos.

2 MÉTODO

2.1 ABORDAGEM

A abordagem utilizada neste estudo foi a quantitativa por lidar com as determinadas ações e atitudes e transforma-las em dados, exemplificando em números e tabelas, dando uma visão panorâmica da situação, levando em consideração que “a abordagem quantitativa nas Ciências Sociais é a mais apropriada para apurar atitudes e responsabilidades dos entrevistados, uma vez que emprega questionários.” (LAKATOS & MARCONI, 2017 p.325). Um dos motivos primordiais de utilizar o método quantitativo é de ser uma forma denominado por Lakatos & Marconi (2017) como eficaz de se verificar dados e hipóteses dando ao pesquisador uma independência para estabelecer um objeto de pesquisa, suas variáveis e invariáveis, as correlações entre si e seus supostos efeitos.

2.2 PARTICIPANTES

A amostra dessa pesquisa foi aplicada em um grupo de casais residentes no recôncavo baiano, do tipo não probabilística. Com um grupo de 60 pessoas, sendo 34 mulheres e 26 homens, com a variação de idades entre 20 a 45 anos, que se encontram em algum tipo de relacionamento amoroso, e que aceitaram, de forma voluntária, participar da coleta de dados.

2.3 INSTRUMENTOS

O instrumento utilizado foi a Escala de Autoestima Rosenberg [EAR], e a Escala ENRICH de Satisfação Conjugal. A primeira tem por objetivo avaliar os sentimentos de auto aceitação que avalia a autoestima global dos participantes através de afirmativas como: “Eu sinto que sou uma

pessoa de valor, no mínimo, tanto quanto as outras pessoas”; “Eu acho que eu tenho várias boas qualidades; dentre outras”. Enquanto a segunda apresenta uma a versão foi abreviada e traduzida para a população portuguesa por Nunes e Lemos em 2010. Esta escala é composta por dez itens como: “Eu e meu (minha) parceiro (a) nos entendemos bem”, que vão medir a satisfação geral com o relacionamento.

2.4 PROCEDIMENTOS

Os colaboradores foram abordados por um questionário através da plataforma Google Forms, contendo termo de autorização, dados sociodemográficos, a escala de Rosenberg e a escala de satisfação conjugal (ESC). Foi disponibilizado o link do Google Forms para os participantes. O tempo de duração que cada participante levou para responder foi no máximo 20 minutos. Eles concordaram com o termo de consentimento esclarecido e foi dada a garantia de total sigilo das informações pessoais. A pesquisa sobre a influência da autoestima nos relacionamentos amorosos foi aprovada pelo Comitê de Ética da Faculdade das autoras.

2.5 ANÁLISE DE DADOS

Foi utilizado o PSPP, software de análise de dados estatísticos que possibilitou a realização de análises descritivas [médias, frequências, porcentagens, e etc.], testes alfa de cronbach que é uma ferramenta utilizada para medir a fidedignidade do tipo consistência interna de uma escala, em miúdos, é um teste que visa avaliar a magnitude em que as variáveis estão correlacionadas (CORTINA, 1993). Resumidamente o alfa de Cronbach é a média das correlações entre os itens que fazem parte de um instrumento (STREINER, 2003), além disso este teste pode ser descrito como a medida pela qual algum constructo, conceito ou fator medido está presente em cada item. (ROGERS, SHMITI e MULLINS, 2002). O teste t de Student ou somente teste t é um teste de hipótese que dispõe de conceitos estatísticos para recusar ou não uma hipótese ineficaz quando a estatística de teste segue uma distribuição t de Student. (TESTE T DE STUDENT, 2021)

Para estatísticas descritivas calculou-se a partir de frequências para as variáveis do estudo, de acordo com os grupos. Realizou-se também a análise das escalas de Enrich e Rosenberg entre as variáveis de satisfação conjugal, autoestima e amor. A análise de correlação permite que as pesquisadoras mantenham adequados registros de suas impressões e análises, além de fornecer acesso aos dados para que possam ser examinados e avaliados.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Foram sujeitos à esta pesquisa 60 pessoas, sendo 26 homens e 34 mulheres; ambos possuem faixa etária entre 20 a 43 anos de idade, moradores do recôncavo baiano e encontram-se em algum dos tipos de relacionamentos amorosos, sendo eles: namoro, noivado e/ ou casamento.

Diante dos requisitos apresentados pelos entrevistadores, às respostas dos participantes foram analisadas e encaixadas adequadamente. Sendo assim, a tabela 1.0 abaixo tem por finalidade averiguar a relação entre as variáveis: autoestima, satisfação e amor dos entrevistados, uma vez que o grau principiante da autoestima de um indivíduo, antes de um relacionamento amoroso prenuncia a satisfação comum dos parceiros. Embora a felicidade tende a diminuir com o passar do tempo, essa explanação não se encaixa para os indivíduos que começam um relacionamento amoroso com o grau de autoestima em maior quantidade (SILVA, 2020), ou seja, indivíduos com uma autoestima elevada tendem a serem mais felizes nos relacionamentos amorosos do que os indivíduos que possuem uma autoestima baixa.

Item Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corretd Item Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Idade	14,81	6,46	,13	-,45
Sexo	39,63	46,41	-,09	,06
Cidade	38,15	32,75	,22	-,19
Autoestima	39,39	49,66	-,34	,15
Satisfação	36,86	46,95	-,14	,08
Amor	36,49	46,36	-08	,06

Tabela 1.0 - estatística de dados descritivos, das variáveis Autoestima e Satisfação.

Antes mesmo da discussão dos resultados destas variáveis é importante ressaltar que autoestima, de acordo com Cristine (2021) é uma qualidade e que envolvem crenças emoções e comportamentos autossignificantes. Além de ser segundo Branden (2000), a disposição para experimentar a si mesmo como alguém competente para lidar com os desafios básicos da vida e ser merecedor da felicidade. A satisfação por sua vez é um contentamento psíquico (KAISER, 2017), pois é o prazer advindo da realização do que se espera, do que se deseja. Por fim, o amor é um sentimento que leva uma pessoa a amar, respeitar, desejar o bem à outra, ou seja, é uma forte afeição por outra pessoa, nascida de laços de consanguinidade ou de relações sociais (CRISTINE 2021).

Além de tudo que fora mencionado a respeito da autoestima e entende-la como experiência íntima e individual manifestada no próprio ser, vale ressaltar a necessidade de estender os conceitos sobre a mesma. Do ponto de vista da escritora Lemos (2017), ela seria a soma de autos-conceitos tais como: crenças e pensamentos que formamos ao longo da vida de si mesmo, com o valor e sentimentos que temos sobre nós mesmo. Para além disso, Branden (1998), deixa claro que a

autoestima apresenta dois componentes sendo estes o sentimento de competência pessoal e o de valor pessoal, ou seja, está relacionada a integralidade da auto-confiança com o auto-respeito. Resultando então no que penso e sinto sobre mim mesmo, não o que o outro pensa e sente sobre mim.

No entanto compreende que sentir confiança em si mesmo ao ponto de adequar-se à vida é um dos marcadores essenciais caracterizante de indivíduos com autoestima elevada, ao contrário disso, o sentimento de incapacidade e inadequação caracteriza a baixa autoestima. Por fim, o desenvolvimento da autoestima se dá por meio da convicção do sentimento de capacidade e felicidade, e quanto maior for o grau da autoestima, maior será a habilidade de lidar com as adversidades do dia a dia, além de aumentar a probabilidade de relacionamentos saudáveis e brilhantes.

Partindo então, desse pressuposto com base na tabela 1.0 é possível compreender de forma mais clara os resultados obtidos depois da realização e retorno do questionário. Por meio das respostas colhidas das pesquisadoras, analisa-se inicialmente a porcentagem entre as variáveis relacionadas a autoestima, satisfação e amor para com os relacionamentos. No que diz respeito em acreditar ter uma boa *autoestima*, das 60 pessoas entrevistadas, 65% afirmaram que sim, 31,7% talvez e apenas 3,3% afirmaram acreditar em não ter uma boa autoestima. No tocante à variável de *satisfação*, foi possível perceber que 50% dos entrevistados disseram que estão satisfeitos, 36,7% afirmam com total segurança que sim, 8,3% não opinaram e 5% discordaram em ter uma relação satisfatória. Já no que diz respeito a variável *amor*, 65% concordam com firmeza amarem e serem amados o suficiente para permanecerem no relacionamento, 28,3% apenas concordam e 6,7% dizem não concordam nem discordam.

Diante do exposto, conclui-se que 65% dos entrevistados têm uma boa autoestima, 50% a 86,7% estão satisfeitos e 65% a 93,3% amam e são amados (as) o suficiente. Partindo da análise em teste de Cronbach o resultado é observado em tabela. A partir de 0,70 para cima, o resultado do teste ressalta credibilidade. Porém diante da aplicação no estudo, percebeu-se uma distribuição divergente, muito em função de uma necessidade maior de organização no direcionamento ao público alvo, ou seja, um maior critério no direcionamento do estudo.

Teste de Amostras Independentes

Autoestima		Teste de Levene para Igualdade de variâncias								
		T-Test For Equality of Means								
		F	Sig.	t	Df	Sig. [2-taleb]	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper	
	Equal	68,26	,000	3,44	58,00	,001	,77	,22	,32	1,22
	Variances									
	Assumed									
	Equal									
	Variances			3,69	54,43	,001	,77	,22	,35	1,19
	Not									
	Assumed									

Conforme a observação da tabela 1.1 à cima, procurou-se indicar uma observação por intermédio do teste t independente aplicada em função do gênero, onde observou-se que para a variável autoestima há uma representação significativa ($p < 0,05$) na resposta do gênero feminino.

Visto isso a autoestima das mulheres pode ser concebida como uma avaliação que a pessoa faz de si mesma, a qual implica um sentimento de valor, englobando um componente predominantemente afetivo, expresso numa atitude de aprovação/desaprovação em relação a si própria (Rosenberg, 1965 apud ROMANO, NEGREIROS, MARTINS, 2007). Strehlau, Claro e Neto (2010) descobriram que quanto maior o grau de vaidade da mulher, maior a relação entre sua autoestima e o corpo.

Sendo assim, entende-se que quando há um bom desenvolvimento da autoestima, as mulheres experimentam e desfrutam a vida com mais confiança e otimismo. O que permite a expansão da própria capacidade de ser feliz em seu relacionamento amoroso. Portanto, quando há uma desvalorização vinda do companheiro é necessária que a mesma se posicione com atitudes deixando claro o que não é aceito; por exemplo: não admito ser submissa e/ou desvalorizada. Essa ação por sua vez, levará o companheiro a questionar-se sobre seus comportamentos passando então a ti valorizar mais, enquanto a mulher se sentirá melhor consigo mesma, (LEMOS, 2017).

Nesta perspectiva, e de acordo com Silva (2020), entende-se que uma das maneiras primordiais para o alcance de maior equilíbrio entre as variáveis autoestima, satisfação e amor, dentro dos relacionamentos é a terapia de casal que pode ser realizada tanto de forma online quanto presencial. Portanto, para que a mesma se torna útil não há necessidade de ambos aceitarem participar, mas sim com a participação de apenas um deles. Todavia, quanto maior for o desenvolvimento da autoestima dos parceiros, a satisfação, o prazer, e o amor no relacionamento entre si tende a intensificar-se, contribuindo positivamente para a felicidade do casal.

Segundo Zimmerer (2020), é possível afirmar que a autoestima pode ser definida como o sentimento de satisfação e amor que o indivíduo atribui, relacionando à diversos aspectos da vida, por assim dizer: o corpo, a vida profissional, familiar, relacionamentos entre outros valores atribuídos pelo próprio indivíduo. Neste viés, é possível concluir que no que diz respeito aos relacionamentos amorosos, há uma ligação significativa e uma influência mútua entre a autoestima, satisfação e o amor. Todos estão interligados entre si para que haja equilíbrio nos relacionamentos.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir da realização desta pesquisa conclui-se que a autoestima desempenha um papel importante no nível de satisfação das pessoas envolvidas em um relacionamento amoroso. Pois, indivíduos que apresentam ter autoestima, geralmente, têm bons relacionamentos intra e interpessoais. Percebe-se que indivíduos em um relacionamento amoroso tendem a compartilhar satisfação e amor com seu parceiro. A metodologia utilizada foi de extrema importância para nortear esse estudo, visto

que não há um vasto referencial teórico da junção dos temas de autoestima e relacionamentos amorosos. Os resultados demonstram que os colaboradores acreditam ter uma boa autoestima, estão satisfeitos e vivem uma experiência de amor recíproco.

Por tanto, esse estudo buscou apresentar uma discussão prévia da influência da autoestima de pessoas que estão em relacionamentos amorosos para reflexão e estimular estudos posteriores sobre a temática. Pois os relacionamentos afetivos são de interesse universal, por mais que apresentem elementos positivos e/ou negativos, eles são essenciais tanto para quem os vivencia quanto para quem gostaria de saber mais sobre. Estudar a autoestima e sua influência nos relacionamentos é valorizar o sujeito tanto intra quanto interpessoal. Pretende-se estimular o leitor desse artigo a buscar mais conhecimento sobre o tema e desenvolver referenciais teóricos.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, T.; **Vanni, G. Amor, Ciúme e Infidelidade: Como essas questões afetam sua vida.** São Paulo, Letras do Brasil, 2013.
- ANDRADE, Edson Ribeiro; SOUSA, Edinilsa Ramos de; MINAYO, Maria Cecília de Souza. **Intervenção visando a auto-estima e qualidade de vida dos policiais civis do Rio de Janeiro.** Ciênc. Saúde coletiva, Rio de Janeiro, v. 14, n. 1, p. 275-285, fev. 2009.
- BRANDEN, Nathaniel. **Autoestima e os seus seis pilares.** Tradução Vera caputo. 4 ed. São Paulo: Saraiva, 1998.
- BRANDEN, N. **O Poder da Autoestima.** São Paulo: Saraiva, 2000.
- CRISTINE, Camille. Qual a diferença entre autoestima e amor próprio. **Qual a diferença entre autoestima e amor próprio** , [S. l.], p. 1-2, 30 set. 2021.
- CORTINA, J. M. What is coefficient alpha? An examination of theory and applications. **Journal of Applied Psychology.** v. 78, p. 98-104. 1993.
- DANTAS, Emanuela Guedes. **Namorar faz bem? a relação entre autoestima, autoavaliação e relacionamentos românticos** . 2017. 34 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Ciências Biológicas)- Departamento de Ciências Biológicas, Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2017.
- HATFIELD, Elaine. (1988) Passionate and companionate love. In: Sternberg, Robert J.; Barnes, Michael L. (orgs.). *The Psychology of Love.* New Haven: Yale University.
- KAISER, Daniele. Prazer ou Satisfação: O que vc deseja?. **Prazer ou Satisfação**, [S. l.], p. 1-1, 21 set. 2017.
- LAKATOS, Eva Maria. *Metodologia Científica/ Eva Maria Lakatos, Marina de Andrade Marconi- 7.ed.- São Paulo: Atlas, 2017.*
- LEMOS, Mariana. **Autoestima da mulher nos relacionamentos.** Brasileiras pelo mundo, [S. l.], p. 1-3, 16 maio 2017.
- MAFRA, Anthonieta Looman. **Realidade ou ficção? A influência da autopercepção como parceiro romântico e da autoestima na escolha e preferência de parceiros românticos.** 2015. 274f. Tese (Doutorado em Psicobiologia) - Centro de Biociências, Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2015. BRANDEN, Nathaniel. *Como aumentar sua autoestima.* Editora Sextante, 2009.

PLUMMER, D. (2012). **Como aumentar a autoestima das crianças [Trad. A. Veleda]**. (2ªed). Porto: Porto Editora.

ROGERS, W. M.; SCHIMITI, M.; Mullins, M. E. Correction for unreliability of multifactor measures: comparison of Alpha and parallel forms approaches. **Organizational Research Methods**. v. 5, p. 184-199. 2002.

ROMANO, A; NEGREIROS, J; MARTINS, T. **Contributos para a validação da escala de autoestima de Rosenberg numa amostra de adolescentes da região interior norte do país**. *Psicologia, Saúde & Doenças*, v. 8, n. 1, p.109-116, 2007.

SCHLOSSER, Adriano. **Interface entre Saúde Mental e Relacionamento Amoroso: Um olhar a partir da Psicologia Positiva. Pensando Famílias**. Santa Catarina, p 17- 33, 2014.

SCHULTHEISZ, Thais Sisti De Vincenzo. APRILE, Maria Rita. **Autoestima, conceitos correlatos e avaliação**. São Paulo – SP, 2013.

SCORSOLINI, Comin, F., & SANTOS, M. A. (2010a). **Sustentabilidade dos afetos: Notas sobre a conjugalidade como dimensão de análise da família na contemporaneidade**. *Psychologica*, 53, 259-274.

SILVA, Emilson Lúcio. Autoestima, Saúde mental. **Autoestima, Saúde mental**, [S. l.], p. 1-7, 2 set. 2020.

STREINER, D. L. Being inconsistent about consistency: when coefficient alpha does and doesn't matter. **Journal of Personality Assessment**. v. 80, p. 217-222. 2003.

TESTE T DE STUDENT. In: WIKIPEDIA: a enciclopédia livre. Wikimédia, 2021. Disponível em: < https://pt.wikipedia.org/wiki/Teste_t_de_Student>

ZIMMERER, Luciana. Autoestima, comportamento. **Em nome do amor próprio: Autoestima**, [S. l.], p. 0-2, 20 set. 2020.

APÊNDICE

DADOS SOCIODEMOGRÁFICO

Idade:

Sexo:

Cidade que mora do recôncavo:

Questões relacionadas ao nosso projeto

Você está em que tipo de relacionamento amoroso?

namoro Noivo(a) Casado(a)

Você acredita ter uma boa autoestima?

sim Não Não quero opinar

ESCALA DE SATISFAÇÃO CONJUGAL (ESC)

INTRUÇÕES: A seguir serão apresentadas algumas sentenças sobre o seu relacionamento conjugal. Gostaríamos que você fizesse uma **AVALIAÇÃO GERAL DE SEU RELACIONAMENTO**, e indicasse o seu grau de concordância com as afirmações, utilizando a escala de resposta abaixo.

1	2	3	4	5
Discordo Totalmente	Discordo	Nem Concordo nem discordo	Concordo	Concordo Totalmente

___ Percebo que minhas preferências sexuais combinam com as preferencias do (a) meu (minha) companheiro (a).

___ Sinto-me atraída (o) pelo (a) meu (minha) companheiro (a).

___ Eu e meu (minha) companheiro (a) temos uma relação satisfatória.

___ Sinto-me distante do (a) meu (minha) companheiro (a), mesmo quando estamos no mesmo ambiente.

___ Sinto me solitária (o), mesmo quando estou com meu (minha) companheiro (a).

___ Meu (minha) companheiro (a) respeita minhas escolhas e preferencias.

___ Os gastos do (a) meu (minha) companheiro (a) me incomodam.

___Somos capazes de economizar para a realização de planos futuros (compras de bens, viagens, etc).

___Amo o (a) meu (minha) companheiro (a) o suficiente para continuarmos juntos.

___Meus desejos sexuais são atendidos pelo (a) meu (minha) companheiro (a).

___Se conhecesse meu (minha) companheiro (a) como conheço agora não teria me casado.

___Eu e meu (minha) companheiro (a) temos dificuldades de resolver nossas desavenças.

___No relacionamento atual, sinto-me satisfeita (o) com minha vida sexual.

___Gosto de passar o meu tempo livre ao lado do (a) meu (minha) companheiro (a).

___Gastamos mais dinheiro do que ganhamos.

___Admiro meu (minha) companheiro (a).

___Eu e meu (minha) companheiro (a) não temos muitos assuntos em comum para conversar.

___Tenho interesse sexual por meu (minha) companheiro (a).

___Pagamos todas as despesas mensais dentro do prazo.

___Em relação às finanças confio em meu (minha) companheiro (a).

ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSENBERG⁽¹²⁾

Perguntas realizadas

1- No conjunto, eu estou satisfeito comigo.

Concordo totalmente / concordo / discordo / discordo totalmente

2- Às vezes, eu acho que não presto para nada.

Discordo totalmente / discordo / concordo / concordo totalmente

3- Eu sinto que tenho várias boas qualidades.

Concordo totalmente / concordo / discordo / discordo totalmente

4- Eu sou capaz de fazer coisas tão bem quanto a maioria das pessoas.

Discordo totalmente / discordo / concordo / concordo totalmente

5- Eu sinto que não tenho muito do que me orgulhar.

Discordo totalmente / discordo / concordo / concordo totalmente

6- Eu, com certeza, me sinto inútil às vezes.

Concordo totalmente / concordo / discordo / discordo totalmente

7-Eu sinto que sou uma pessoa de valor, pelo menos o mesmo nível que as outras pessoas.

Concordo totalmente / concordo / discordo / discordo totalmente

8-Eu gostaria de poder ter mais respeito por mim mesmo.

Discordo totalmente / discordo / concordo / concordo totalmente

9-No geral, eu estou inclinado a sentir que sou um fracasso.

Concordo totalmente / concordo / discordo / discordo totalmente

10-Eu tenho uma atitude positiva em relação a mim mesmo.

Discordo totalmente / discordo / concordo / concordo totalmente