

PROGRAMAS DE EDUCAÇÃO CONJUGAL E PRÉ-CONJUGAL: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Mayara Quevedo Ribeiro¹; Danielle Doss Damo²; Cláudia Mara Bosetto Cenci³

Introdução

Programas de Educação Conjugal são treinamentos psicoeducacionais e preventivos que têm por finalidade contribuir no desenvolvimento e manutenção de relacionamentos funcionais. Seguem uma estrutura padronizada de abordagem, conteúdo, público-alvo, carga-horária, formato, número e frequência de encontros (HALFORD, 2011; WAGNER; MOSMANN, 2011; GREEN; MILLER, 2013; MONTEIRO, 2014; RAMALHO, 2015). Podem ser divididos em programas de educação pré-conjugal ou de educação conjugal (WAGNER; MOSMANN, 2011). Os pré-conjugais têm por objetivo diminuir o desgaste do relacionamento no início do casamento, reduzir as taxas de divórcio e promover satisfação conjugal. A participação nesses programas acontece antes ou nos primeiros anos de casamento, preparando os parceiros para a vida a dois (MONTEIRO, 2014). Já o objetivo dos programas de educação conjugal é promover casamentos com melhores níveis de funcionalidade, estabilidade e satisfação, por meio do treinamento de habilidades de resolução de conflitos. Neles participam casais com mais tempo de união (WAGNER; MOSMANN, 2011). Ambos destinam-se a parceiros que não estejam com problemas graves, pois tratam-se de iniciativas preventivas (HALFORD, 2011; WAGNER; MOSMANN, 2011; HALFORD; BONDENMANN, 2013; MONTEIRO, 2014; RAMALHO, 2015).

A maioria dos programas são administrados por instituições religiosas. Apenas recentemente surgiram programas conduzidos por profissionais da saúde e fundamentos em pesquisa (WAGNER; MOSMANN, 2011; MONTEIRO, 2014; RAMALHO, 2015). Essas iniciativas promovem benefícios como: saúde e bem-estar; diminuição de diagnósticos patológicos; melhor manejo do estresse; aumento da expectativa de vida; melhor manejo de doenças graves; maiores conquistas profissionais e financeiras; aumento do auxílio da família e amigos; maior ajuste biopsíquico e educacional dos filhos; diminuição de conflitos; prevenção da violência; e redução de decisões impulsivas sobre o casamento (CARROLL; DOHERTY, 2003; BLANCHARD, 2008; HALFORD, 2011; GREEN; MILLER, 2013; HALFORD; BONDENMANN, 2013; COWAN; COWAN, 2014; MONTEIRO, 2014; RAMALHO, 2015). Tais benefícios são considerados fatores de saúde pública (COWAN; COWAN, 2014). Diante disso, muitos países incentivam a participação em programas de educação pré-conjugal e/ou conjugal (HALFORD, 2011; WAGNER; MOSMANN, 2011; GREEN; MILLER, 2013; RAMALHO, 2015). Eles são ofertados nos Estados Unidos, Canadá (REEN; MILLER, 2013; MONTEIRO, 2014), Austrália, Inglaterra, Noruega, Chile (RIVERA et al., 2015) e Itália (IAFRATE; DONATO; BERTONI, 2010). Algumas iniciativas estão sendo realizadas em Portugal (MONTEIRO, 2014; RAMALHO, 2015) e no Brasil (WAGNER, 2015; MIRANDA; CARDOSO; CARDOSO, 2016).

Em relação às limitações dos programas de educação conjugal e pré-conjugal, pode-se citar a impossibilidade de realizar mudanças nas características individuais dos parceiros ou em seus contextos, promovendo mudanças apenas na interação do casal (HALFORD, 2011). Além disso, foram realizados poucos estudos longitudinais na área, o que não permite verificar a eficácia a longo prazo dos programas. Assim, torna-se necessário o investimento em novos estudos (CARROLL; DOHERTY, 2003; GREEN; MILLER, 2013; COWAN; COWAN, 2014; RAMALHO, 2015). No Brasil, além da carência de pesquisas, os programas de educação conjugal e pré-conjugal são escassos (WAGNER; MOSMANN, 2011). Por essa razão, buscou-se revisar as iniciativas existentes em outros países. O objetivo foi verificar a

¹ Mestranda em Psicologia. IMED. Bolsista FAPERGS/CAPES Brasil. psico.mayararibeiro@gmail.com

² Mestranda em Psicologia. IMED. danielle.ddms@gmail.com

³ Dra. em Psicologia Clínica PUCRS. Professora do Mestrado em Psicologia. IMED. claudia.cenci@imed.edu.br

estrutura (abordagem, público-alvo, carga horária, configuração/frequência, formato, instrumentos/ técnicas e temas) mais utilizada.

Método

Trata-se de um artigo de revisão sistemática da literatura, que possibilita sintetizar a produção científica na área, identificar lacunas e apontar os próximos passos para a criação de um programa de educação pré-conjugal para o contexto brasileiro (AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION, 2012). A busca pelos artigos foi realizada pelas autoras e uma juíza externa, pois o trabalho em equipe garante que os principais documentos dentro da temática abordada sejam incluídos (CAMPBELL et al., 2014).

Primeiramente, procedeu-se com uma pesquisa em quatro bases de dados (SciELO, Lilacs, Pepsic e EbscoHost) utilizando os descritores “educação conjugal”, “programas de educação conjugal”, “programas de educação pré-conjugal”, “marriage education”, “marital education programs” e “pre-marital education programs”. Não houve restrições quanto ao ano de publicação, nem quanto ao idioma do artigo. Na primeira busca foram localizados 14.739 estudos, os quais foram filtrados conforme o título e resumo, totalizando 35 artigos. Ainda foram excluídos estudos duplicados, resultando em 23 artigos.

Procedeu-se com a leitura detalhada deste material a fim de identificar a estrutura dos programas de educação conjugal e pré-conjugal descritos. Após esta segunda filtragem restaram 12 artigos que descreviam a estrutura de 11 programas. São eles: Within My Reach (OWWN; ANTLE; BARBEE, 2013), Premarital Preparation and Relationship Enhancement program (PREPARE) (BARTON; FUTRIS; BRADLEY, 2014), Viver a Dois (NEUMANN; WAGNER; REMOR, 2018; NEUMANN; WAGNER, 2018), Promoting Strong African American Families (Barton et al., 2015), Building Strong and Ready Families (STANLEY et al., 2005), Enrichment Training Program and Successful Marriage in Kuwait (ETPSMK) (ALQASHAN, 2008), Supporting Healthy Marriage (WETZLER, FRAME; LITZINGER, 2011), Marriage Matters (HOOK et al., 2011), PREP for Strong Bonds (ALLEN et al., 2015), PREP Inside and Out (EINHORN et al., 2008) e Couple Communication Program (KARAHAN, 2009).

Estes programas foram novamente filtrados quanto aos seguintes critérios: ser de educação conjugal ou pré-conjugal, destinado a casais, com formato grupal e presencial. Foram excluídos programas para casais refugiados e imigrantes, casais de pais, casais em situação prisional e casais em que um dos cônjuges é militar. Os programas também foram filtrados quanto ao foco de atuação, sendo excluídos programas religiosos, de educação relacional para famílias e de preparação para a parentalidade. Assim, restaram apenas quatro programas que atendiam aos critérios descritos: Couple Communication Program (KARAHAN, 2009), ETPSMK (ALQASHAN, 2008), Viver a Dois (NEUMANN et al., 2018; NEUMANN; WAGNER, 2018) e PREPARE (BARTON et al., 2014). A estrutura (abordagem, público-alvo, carga horária, configuração/frequência, formato, instrumentos/técnicas e temas) dessas iniciativas foi analisada textualmente a fim de identificar as práticas mais utilizadas.

Desenvolvimento

Quanto à abordagem, os programas ETPSMK e PREPARE não especificam as teorias psicológicas nas quais se embasam. O Viver a Dois é fundamentado na teoria sistêmica e o Couple Communication Program segue uma abordagem eclética (Terapia Conjugal Comportamental, Modelo do Processo de Validação Humana e Terapia Conjugal Estratégica). Tais achados vão de encontro à literatura, uma vez que os programas têm-se desenvolvido em um contexto de interdisciplinaridade, promovendo riqueza de conteúdos e abordagens (MONTEIRO, 2014).

O público-alvo das iniciativas encontradas varia. Os programas PREPARE e ETPSMK podem ser definidos como pré-conjugais, pois destinam-se a casais de noivos e casais que

encontram-se nos primeiros anos de união. Ambos objetivam preparar os parceiros para a vida a dois (MONTEIRO, 2014). Já o Couple Communication Program e o Viver a Dois são de educação conjugal, uma vez que são destinados a casais e possuem como intuito promover funcionalidade por meio do treinamento de habilidades de resolução de conflitos (WAGNER; MOSMANN, 2011).

Quanto à carga horária, todos os programas localizados são de curta duração: Couple Communication Program (15 horas), PREPARE (de 6 a 12 horas), Viver a Dois (12 horas) e ETPSMK (20 horas). Tais achados estão de acordo com a literatura uma vez que, normalmente, os programas são breves, totalizando de 12 a 20 horas (RAMALHO, 2015).

A configuração e frequência dos encontros é predominantemente semanal (Couple Communication Program; Enrichment Training Program and Successful Marriage in Kuwait; e Viver a Dois). Apenas o PREPARE possui frequência adaptável, permitindo que os casais optem por sessões semanais ou intensivo de um dia. Ambas as configurações estão previstas na literatura, pois existem intervenções de sessão única, sessões semanais, quinzenais e mensais (WAGNER; MOSMANN, 2011). Nesta amostra não foi possível localizar intervenções com frequência quinzenal e/ou mensal. Além disso, todos os programas analisados possuem formato presencial e grupal, uma vez que era um critério de inclusão. Entretanto, apenas o Viver a Dois especifica o número de participantes a serem incluídos: de 4 a 8 casais. Estes achados também vão de encontro à literatura uma vez que a maioria dos programas são grupais, com um pequeno número de participantes (WAGNER; MOSMANN, 2011).

As técnicas e instrumentos utilizados pelos programas são diversificadas. Dentre as iniciativas descritas neste estudo, as técnicas e instrumentos mais utilizados são avaliações (inventário *online* e pré/pós-teste), psicoeducação e exercícios práticos/vivenciais (individuais, conjugais e grupais). Outras técnicas menos utilizadas compreendem: vídeos/audiovisuais, atividades de aquecimento, compartilhamento de experiências, discussões, exercícios de leitura/escrita, tarefas de casa, técnicas de resolução de problemas, modelagem, orientação/supervisão e *feedback*. A literatura indica que os programas seguem um currículo padronizado, mas que estes devem ser flexíveis uma vez que os casais possuem perfis diferentes e precisam aprender habilidades diferentes. Assim, fazer uso de múltiplas técnicas e conteúdos permite abarcar um número maior de casais (HALFORD, 2011).

Por fim, identificou-se uma pluralidade de temas trabalhados, dependendo da abordagem e público-alvo ao qual o programa é destinado. As temáticas predominantes são: resolução de problemas/conflitos, comunicação, gerenciamento/expressão de sentimentos e habilidades de negociação. Outros temas menos frequentes são: relacionamentos saudáveis, forças e vulnerabilidades, satisfação conjugal, casamento diádico e monogâmico, trabalho em equipe, história conjugal, famílias de origem, mitos, metas conjugais, finanças, flexibilidade, intimidade, confiança, empatia, sexualidade, lazer e tempo livre. Tais temáticas são adequadas, pois se configuram como fatores dinâmicos e mutáveis por meio de intervenções como os programas de educação conjugal (HALFORD, 2011).

Considerações Finais

Os programas de educação conjugal e pré-conjugal avaliados nesta revisão sistemática mostraram-se variados em todos os aspectos observados. Os principais resultados indicam que os programas existentes seguem uma abordagem eclética, possuem público-alvo variado, formato presencial e grupal, com um pequeno número de participantes, seguindo uma carga horária de média duração (de 9 a 20 horas), com encontros semanais. As técnicas/instrumentos utilizados e as temáticas abordadas também são diversificadas.

No entanto, identificou-se que os critérios de inclusão requeridos em uma revisão sistemática excluíram a literatura necessária para atingir ao objetivo da presente investigação (CAMPBELL et al., 2014), resultando em apenas quatro programas para serem avaliados.

Esse número é pequeno visto que estudos indicam a existência de mais de 100 programas de educação relacional (MARTINS, 2014). Desta forma, sugere-se para pesquisas futuras a realização de uma revisão não-sistemática, a fim de obter acesso a estudos relevantes disponíveis na literatura cinzenta. Acredita-se que tais estudos contribuiriam com um maior conjunto de dados sobre a estrutura (abordagem, público-alvo, carga horária, configuração/frequência, formato, instrumentos/técnicas e temas) dos programas de educação conjugal e pré-conjugal existentes. Consequentemente, trariam uma maior contribuição para embasar a criação de um programa de educação pré-conjugal para o contexto brasileiro.

Referências

ALLEN, Elizabeth *et al.* PREP for Strong Bonds: A Review of Outcomes from a Randomized Clinical Trial. **Contemporary Family Therapy**, New York, 2015.

ALQASHAN, Humoud. Enrichment Training Program and Successful Marriage in Kuwait: a Field Study on Kuwaiti Couples. **Digest of Middle East Studies**, Kuwait, 2008.

AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION. **Manual de publicação da APA**. Porto Alegre: Penso, 2012.

BARTON, Allen *et al.* Determinants and long-term effects of attendance levels in a marital enrichment program for african american couples. **Journal of Marital and Family Therapy**, [S. l.], 2015.

BARTON, Allen; FUTRIS, Ted; BRADLEY, Renay. Changes following premarital education for couples with differing degrees of future marital risk. **Journal of Marital and Family Therapy**, [S. l.], 2014.

BLANCHARD, Victoria Lael. **Does Marriage and Relationship Education Improve Couples' Communication? A Meta-Analytic Study**. 2008. Dissertação (Mestrado) - Brigham Young University, Provo, 2008.

CAMPBELL, Mhairi *et al.* Considering methodological options for reviews of theory: Illustrated by a review of theories linking income and health. **Systematic Reviews**, [S. l.], 2014.

CARROLL, Jason; DOHERTY, William. Evaluating the Effectiveness of Premarital Education: A Review of Outcome Research. **Family Relations**, [S. l.], 2003.

COWAN, Philip; COWAN, Carolyn. Controversies in Couple Relationship Education (CRE): Overlooked evidence and implications for research and policy. **Psychology, Public Policy and Law**, [S. l.], 2014.

EINHORN, LINDSEY *et al.* PREP Inside and Out: Marriage Education for Inmates. **Family Process**, [S. l.], 2008.

GREEN, Amy; MILLER, Lynn. A Literature Review of the Strengths and Limitations of Premarital Preparation: Implications for a Canadian Context Un Recensement de la littérature sur les forces et les limites de la préparation au mariage et les implications pour le contexte Canadien. **Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy**, [S. l.], 2013.

HALFORD, Kim; BODENMANN, Guy. Effects of relationship education on maintenance of couple relationship satisfaction. **Clinical Psychology Review**, [S. l.], 2013.

relationship education? Why is it needed?. In: HALFORD, Kim. **Marriage and relationship education: What works and how to provide it**. New York: Guilford Publications, 2011.

HOOK, Joshua *et al.* Marriage Matters: A Description and Initial Examination of a Church-Based Marital Education Program. **Pastoral Psychology**, [S. l.], 2011.

IAFRATE, Raffaella; DONATO, Silvia; BERTONI, Anna. Conoscere e promuovere il legame di coppia: Risultati di ricerca ed indicazioni per un intervento preventivo. **Peeters Online Journals**, [S. l.], 2010.

KARAHAN, TEVFIK FIKRET. The Effects of a Couple Communication Program on the Conflict Resolution Skills and Active Conflict Tendencies of Turkish Couples. **Journal of Sex & Marital Therapy**, [S. l.], 2009.

MARTINS, Catarina Sofia Canelas. **Perspetivas e contributos de jovens casais portugueses para o desenho de um programa de educação conjugal: Estudo exploratório qualitativo**. 2014. Dissertação (Mestrado Integrado em Psicologia) - Universidade de Lisboa, Lisboa, 2014.

MIRANDA, Daniela; CARDOSO, Helena; CARDOSO, Joana. Véspera – preparando para casar. In: XII CONGRESSO BRASILEIRO DE TERAPIA FAMILIAR, 2016, Gramado. **Anais [...]**. [S. l.: s. n.], 2016. Disponível em: http://abratef.org.br/2018/Documentos/ANAIS_XII_CONGRESSO_2016.pdf. Acesso em: 24 maio 2019.

MONTEIRO, Ana Lúcia Pires Pego. **CASA(L) EM CONSTRUÇÃO: UMA BASE TEÓRICO-EMPÍRICA PARA O DESENVOLVIMENTO DE UMA INTERVENÇÃO NA TRANSIÇÃO PARA A CONJUGALIDADE**. 2014. Tese (Doutorado em Psicologia Clínica) - UNIVERSIDADE DE LISBOA, Lisboa, 2014.

NEUMANN, Angélica; WAGNER, Adriana; REMOR, Eduardo. Couple relationship education program “Living as Partners”: evaluation of effects on marital quality and conflict. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, [S. l.], 2018.

NEUMANN, Angélica; WAGNER, Adriana. Perspectivas e desafios da coordenação de um programa de educação conjugal. **Psico**, [S. l.], 2018.

OWEN, JESSE; ANTLE, BECKY; BARBEE, Anita. Alliance and Group Cohesion in Relationship Education. **Family Process**, [S. l.], 2013.

RAMALHO, Carla Susana Rodrigues da Costa. **Educar (n)a conjugalidade: Variáveis psicossociais na promoção do ajustamento diádico, da qualidade relacional e do bem-estar pessoal**. 2015. Tese (Doutorado em Psicologia) - Universidade de Lisboa, Lisboa, 2015.

RIVERA, Diana *et al.* Los Programas Educativos para Parejas y Matrimonios: una nueva propuesta clínica para Chile. **Terapia psicológica**, [S. l.], 24 maio 2019.

STANLEY, SCOTT *et al.* Dissemination and Evaluation of Marriage Education in the Army. **Family Process**, [S. l.], 2005.

WAGNER, Adriana; MOSMANN, Clarisse Pereira. Educar para a conjugalidade: que a vida não nos separe. In: OSORIO, Luiz Carlos. **Manual de terapia familiar**. Porto Alegre: Artmed, 2011.

WAGNER, Adriana. **Viver a dois: Compartilhando este desafio – programa psicoeducativo para casais**. São Leopoldo: Sinodal, 2015.

WETZLER, SCOTT; FRAME, Laura; LITZINGER, Samantha. Marriage education for clinicians. **American Journal of Psychotherapy**, [S. l.], 2011.