

PROGRAMAS DE EDUCAÇÃO CONJUGAL E PRÉ-CONJUGAL: UMA REVISÃO NARRATIVA DA LITERATURA

MARITAL AND PREMARITAL EDUCATION PROGRAMS: A NARRATIVE LITERATURE REVIEW

PROGRAMAS DE EDUCACIÓN CONYUGAL Y PREMATRIMONIAL: UNA REVISIÓN NARRATIVA DE LA LITERATURA

Mayara Quevedo Ribeiro¹
Eliandra Maria Mocellin²
Adriano Santos de Farias³
Cláudia Mara Bosetto Cenci⁴

RESUMO: Programas de educação conjugal e pré-conjugal são treinamentos para promover relações estáveis e funcionais. Eles existem nos Estados Unidos há mais de 40 anos. Já no Brasil encontram-se apenas propostas isoladas. A presente revisão narrativa da literatura objetivou verificar a estrutura mais utilizada nestes programas, por meio da revisão de seus currículos. Os resultados indicam que eles embasam-se na abordagem sistêmica ou integrativa, são predominantemente pré-conjugais, com carga horária moderada, incluindo 10 ou mais encontros de frequência variada e flexível, ofertados em formato presencial e grupal, com um pequeno número de participantes. Os instrumentos/técnicas utilizados e as temáticas trabalhadas são variadas. Limitações dos programas existentes e direções futuras para o campo no Brasil são apontadas.

1

Palavras-chave: Desenvolvimento de programas. Grupos de treinamento de sensibilização. Educação conjugal.

ABSTRACT: Marital and premarital education programs are training to promote stable and functional relationships. They have been in the United States for over 40 years. In Brazil, there are only isolated proposals. The present non-systematic review of the literature aimed to verify the structure most used in these programs, by reviewing their curricula. The results indicate that they are based on the systemic or integrative approach, are predominantly pre-marital, with moderate hours, including 10 or more meetings of varied and flexible frequency, offered in face and group format, with a small number of participants. The instruments / techniques used and the themes worked on are varied. Limitations of existing programs and future directions for the field in Brazil are pointed out.

Keywords: Program development. Sensitivity training groups. Marital education.

¹Mestra em Psicologia pela Atitus Educação. Docente do Curso de Graduação em Psicologia da Atitus Educação.

²Especialista em Formação em Terapia Ecosistêmica da Família pela Atitus Educação e em Sexologia Clínica pelo Centro de Estudos da Família e do Indivíduo.

³Psicólogo pela Atitus Educação.

⁴Orientadora. Doutora em Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul. Docente do Curso de Graduação em Psicologia e Docente Colaboradora do Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Psicologia da Atitus Educação.

RESUMEN: Los programas de educación conyugal y prematrimonial son entrenamientos orientados a promover relaciones estables y funcionales. Existen en los Estados Unidos desde hace más de 40 años. En Brasil, en cambio, se encuentran apenas propuestas aisladas. La presente revisión narrativa de la literatura tuvo como objetivo verificar la estructura más utilizada en estos programas, mediante la revisión de sus currículos. Los resultados indican que se basan en un enfoque sistémico o integrador, son predominantemente prematrimoniales, con una carga horaria moderada, que incluye diez o más encuentros con una frecuencia variada y flexible, ofrecidos en formato presencial y grupal, con un número reducido de participantes. Los instrumentos y técnicas utilizados, así como las temáticas trabajadas, son variados. También se señalan las limitaciones de los programas existentes y se proponen direcciones futuras para el campo en Brasil.

Palabras clave: Desarrollo de programas. Grupos de entrenamiento de sensibilización. Educación conyugal.

INTRODUÇÃO

Programas de educação relacional são treinamentos que visam desenvolver conhecimentos, habilidades e atitudes capazes de promover relações funcionais e satisfatórias (NEUMANN et al., 2018). Possuem caráter preventivo e educacional, seguindo um currículo padronizado de abordagem, formatos, conteúdo, população-alvo, carga horária, número e frequência de encontros (GREEN; MILLER, 2013; HALFORD, 2011; MONTEIRO, 2014; RAMALHO, 2015; WAGNER; MOSMANN, 2011).

Como existe uma pluralidade de programas (MARTINS, 2014), os currículos variam (GREEN; MILLER, 2013). Normalmente, são presenciais e de média duração, totalizando de 9 a 20 horas (HAWKINS et al., 2012). É possível encontrar intervenções com frequência semanal, quinzenal, mensal e intensivo de um dia (WAGNER; MOSMANN, 2011). Quanto ao público-alvo, destinam-se a indivíduos (solteiros ou que participam sem o cônjuge) e casais. Geralmente, são desenvolvidos em grupo, com um pequeno número de participantes (RAMALHO, 2015). Ainda existem programas para diversas demandas, como para educação parental, sexual, finanças, afetos e prevenção da violência (MONTEIRO, 2014).

As intervenções dirigidas a casais dividem-se em dois tipos: programas de educação pré-conjugal e programas de educação conjugal (WAGNER; MOSMANN, 2011). O primeiro tem por objetivo reduzir o desgaste do relacionamento no início do casamento e as taxas de divórcio, promovendo satisfação conjugal. A participação acontece antes ou nos primeiros anos de casamento, preparando os parceiros para a vida a dois (MONTEIRO, 2014). Já o segundo visa promover casamentos funcionais, estáveis e satisfatórios por meio do treinamento de

habilidades de resolução de conflitos. Neles participam casais com mais tempo de união (WAGNER; MOSMANN, 2011).

Os programas psicoeducativos funcionam como uma pré-terapia de casal, pois seu foco é prevenir o desenvolvimento de problemas graves que exijam intervenções terapêuticas (NEUMANN et al., 2018; WAGNER; MOSMANN, 2011). Portanto, são voltados para casais satisfeitos com o relacionamento, que estão em busca de aumentar a interação funcional ou que possuem risco de desenvolver disfunções (HALFORD, 2011; HALFORD; BODENMANN, 2013; MONTEIRO, 2014; RAMALHO, 2015). São contraindicados para casais com demandas graves já instauradas (WAGNER; MOSMANN, 2011).

As primeiras intervenções em educação relacional ocorreram na América do Norte, em 1930 (GREEN; MILLER, 2013). Elas eram predominantemente administradas em contextos religiosos (MONTEIRO, 2014; WAGNER; MOSMANN, 2011), o que continua acontecendo até hoje (GREEN; MILLER, 2013; MONTEIRO, 2014). Apenas há pouco mais de 30 anos ocorreram iniciativas de terapeutas de casais, os quais elaboraram programas de educação conjugal e pré-conjugal fundamentados em dados empíricos e conduzidos por profissionais da área da saúde (MONTEIRO, 2014; RAMALHO, 2015; WAGNER; MOSMANN, 2011).

Tais intervenções promovem benefícios como: saúde e bem-estar; redução 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 e prevenção da violência (CARROLL; DOHERTY, 2004; COWAN; COWAN, 2014; GREEN; MILLER, 2013; HALFORD, 2011; HALFORD; BODENMANN, 2013; MONTEIRO, 2014; RAMALHO, 2015). As intervenções pré-conjugais ainda são capazes de reduzir decisões impulsivas sobre o casamento. Refletir sobre as dinâmicas relacionais pode levar os parceiros a não casar, evitando sofrimento, conflitos e divórcio posterior (GREEN; MILLER, 2013).

Em vista desses ganhos, promover relacionamentos funcionais e satisfatórios é um fator de saúde pública (COWAN; COWAN, 2014). Consequentemente, muitos países incentivam a implementação de programas educativos, bem como a participação da população em tais iniciativas (GREEN; MILLER, 2013; HALFORD, 2011; RAMALHO, 2015; RIVERA et al., 2015; WAGNER; MOSMANN, 2011). São ofertados em países como Estados Unidos, Canadá (GREEN; MILLER, 2013; MONTEIRO, 2014), Austrália, Inglaterra, Noruega, Chile (RIVERA et al., 2015) e Itália (IAFRATE et al., 2010). Algumas iniciativas também estão sendo realizadas

em Portugal (MONTEIRO, 2014; RAMALHO, 2015) e no Brasil (MIRANDA et al., 2016; WAGNER, 2015).

Em relação às limitações dos programas, destaca-se a impossibilidade de realizar mudanças nas características individuais dos cônjuges ou em seus contextos, alterando apenas a interação conjugal (HALFORD, 2011). Os estudos nesta área também são limitados, havendo poucas pesquisas longitudinais que investiguem sua eficácia a longo prazo. Neste sentido, são necessários investimentos em novos estudos (CARROLL; DOHERTY, 2004; COWAN; COWAN, 2014; GREEN; MILLER, 2013; RAMALHO, 2015). Além disso, como a maioria dos programas ocorrem em contextos religiosos (MONTEIRO, 2014), casais não cristãos e homoafetivos podem não ter acesso, por sentirem-se desconfortáveis (GREEN; MILLER, 2013).

No Brasil tais iniciativas ainda são escassas (NEUMANN et al., 2018; WAGNER; MOSMANN, 2011). Desse modo, buscou-se revisar os programas de educação conjugal e pré-conjugal existentes em outros países. O objetivo foi verificar a estrutura (abordagem, público-alvo, carga horária, configuração/frequência, formato, instrumentos/técnicas e temas) mais comumente utilizada.

MÉTODO

Trata-se de um artigo de revisão narrativa da literatura (FERENHO; FERNANDES, 2016) no qual buscou-se revisar os currículos dos programas de educação conjugal e pré-conjugal existentes em outros países. Tal revisão possibilita sintetizar a produção científica da 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).

Procedeu-se com o método de seleção de estudos relevantes, em que o autor pode incluir informações, livros, *sites* e outras fontes de dados consideradas pertinentes. Para diminuir a possibilidade de viés, esta seleção foi realizada pelas autoras em conjunto com uma juíza externa. O trabalho em equipe também garante que os principais documentos na temática abordada sejam incluídos (CAMPBELL et al., 2014).

Para serem adicionados a este estudo, os programas deveriam atender aos seguintes critérios: ser destinado a casais; com informações quanto ao ano de criação; baseados em pesquisa; e ofertados presencialmente e de forma grupal. Foram excluídos programas voltados a casais de pais, refugiados/imigrantes, em situação prisional e/ou em que um dos cônjuges é

militar. Também foram filtrados quanto ao foco de atuação, sendo excluídos programas religiosos, de educação sexual, de prevenção da gravidez precoce, de prevenção da violência, de educação para a gestão das finanças e de preparação para a parentalidade.

A busca pelos currículos foi realizada por meio da pesquisa em fontes de dados da literatura cinzenta, as quais consistem de documentos produzidos para publicação comercial, não disponíveis em meios de distribuição padrão e que não seguem, necessariamente, um controle bibliográfico ou revisão por pares. Incluem dissertações, anais de conferências, relatórios, capítulos de livros, revistas, *blogs*, *sites* e outros (MAHOOD et al., 2013). Os principais *sites* utilizados foram: *Strengthening Families Curriculum Resource Guide* (United States [U.S.] Department of Health and Human Services, Administration for Children and Families [ACF], n.d.), *National Healthy Marriage Resource Center* (NATIONAL HEALTHY MARRIAGE RESOURCE CENTER [NHMRC], 2005) e *Smart Marriages: The Coalition for Marriage, Family, and Couples Education* (SMART MARRIAGES, 2005).

Os três sites fornecem bancos de dados pesquisáveis com currículos de programas de educação conjugal e pré-conjugal. O *Strengthening Families Curriculum Resource Guide* e o *National Healthy Marriage Resource Center* foram desenvolvidos com o apoio financeiro da Administração para Crianças e Famílias, do Departamento de Saúde e Serviços Humanos dos Estados Unidos (NHMRC, 2005; U.S. Department of Health and Human Services, ACF, n.d.). Já o *Smart Marriages: The Coalition for Marriage, Family, and Couples Education* é uma associação não partidária dirigida por uma terapeuta familiar e conjugal com vasta experiência na área (SMART MARRIAGES, 2005).

Os dados encontrados foram extraídos e sintetizados em uma planilha a fim de auxiliar na avaliação das informações (CAMPBELL et al., 2014). Foi feita a análise textual utilizando o *software* AtlasTI versão 8.0 para codificação, organização e análise da referida planilha. O objetivo foi identificar a estrutura (abordagem, público-alvo, carga horária, configuração/frequência, formato, instrumentos/técnicas e temas) mais comumente utilizada.

RESULTADOS

Foram encontrados 22 programas de educação conjugal e pré-conjugal. Sete destes desenvolvidos antes dos anos 2000: 10 Great Dates (NHMRC, 2005; SMART MARRIAGES, 2005; U.S. DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES, ACF, n.d.); Couple Communication I (INTERPERSONAL COMMUNICATION PROGRAMS

INCORPORATION, 2018; MARTINS, 2014; SMART MARRIAGES, 2005); Couples Coping Enhancement Training (CCET) (BODENMANN; SHANTINATH, 2004; MARTINS, 2014); Lasting Intimacy through Nurturing, Knowledge e Skills (LINKS) (LOVE THINKS LIMITED LIABILITY COMPANY [LLC], 2015a; NHMRC, 2005; SMART MARRIAGES, 2005); Practical Application of Intimate Relationship Skills Program (PAIRS) (MARTINS, 2014; NHMRC, 2005; PAIRS FOUNDATION, 1992; SMART MARRIAGES, 2005; U.S. DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES, ACF, n.d.); Prevention and Relationship Enhancement Program (PREP) (MARTINS, 2014; PREP INCORPORATION [Inc.], 2015; SMART MARRIAGES, 2005; U.S. DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES, ACF, n.d.); e Relationship Enhancement (RE) (GINSBERG, n.d.; MARTINS, 2014; NHMRC, 2005; SMART MARRIAGES, 2005).

Onze foram criados entre os anos de 2002 e 2010: 8 Habits of a Successful Marriage (SMART MARRIAGES, 2005); 10 Great Dates Before You Say I Do (NHMRC, 2005); Active Marriage and Best Practices (NHMRC, 2005; U.S. DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES, ACF, n.d.); Compassionate and Accepting Relationships through Empathy Program (CARE) (ROGGE et al., 2002); Couple Commitment and Relationship Enhancement Program (Couple CARE) (HALFORD, 2011; MARTINS, 2014); Hold Me Tight: Conversations for Connection (NHMRC, 2005; SMART MARRIAGES, 2005; U.S. DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES, ACF, n.d.); Marriage Success Training (MARRIAGE SUCCESS TRAINING, n.d.; SMART MARRIAGES, 2005); Mastering the Mysteries of Love (NHMRC, 2005; U.S. DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES, ACF, n.d.); Paths of Promotion and Enrichment in a Couple's Relationship (IAFRATE et al., 2010; UFFICIO FAMIGLIA DIOCESANO, 2017); Premarital Interpersonal Choices and Knowledge (PICK) (LOVE THINKS LLC, 2015B; LOVE THINKS LLC, 2015C; NHMRC, 2005; U.S. DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES, ACF, n.d.); e World Class Marriage (NHMRC, 2005; SMART MARRIAGES, 2005; U.S. DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES, ACF, 2009).

Os mais recentes, desenvolvidos entre 2014 e 2016, são: Casa(l) em Construção (MONTEIRO, 2014); Nós e os laços (RAMALHO, 2015); Taking Your Relationship to the Next Level (ELEVATE) (ALABAMA COOPERATIVE EXTENSION SYSTEM; UNIVERSITY OF GEORGIA COOPERATIVE EXTENSION, 2014); e Viver a Dois (NEUMANN; WAGNER, 2018; NEUMANN et al., 2018; WAGNER, 2015).

Os programas Casa(l) em Construção e Nós e os laços foram criados em Portugal, enquanto o Viver a Dois foi desenvolvido no Brasil. As outras 19 iniciativas foram elaboradas na América do Norte.

As abordagens teóricas em que os programas são baseados variam consideravelmente. A maioria segue uma perspectiva Sistêmica (Casa(l) em Construção; Couple CARE; Nós e os laços; Paths of Promotion and Enrichment in a Couple's Relationship; e Viver a Dois) ou Integrativa (LINKS; Mastering the Mysteries of Love; PAIRS; PICK; e RE) seguido pelos programas de abordagem Cognitiva-comportamental (CCET; PREP; e ELEVATE). Em menor escala existem programas embasados em teorias específicas, tais como: Psicologia Positiva (Active Marriage and Best Practices), Abordagem Centrada na Pessoa (World Class Marriage), Terapia Comportamental Integrativa do Casal (CARE) e Terapia Focada nas Emoções (Hold Me Tight: Conversations for Connection). O CCET, além de cognitivo-comportamental, segue a Teoria do Estresse e Coping. Cinco programas não especificam a abordagem seguida. São eles: 8 Habits of a Successful Marriage; 10 Great Dates; 10 Great Dates Before You Say I Do; Couple Communication I; e Marriage Success Training.

Quanto ao público-alvo, existem programas dirigidos a casais em todas as fases do ciclo vital (PAIRS; PREP; RE; Viver a Dois e World Class Marriage), de educação conjugal para pessoas já casadas (10 Great Dates; e Nós e os laços) e de educação pré-conjugal para namorados, noivos, recém-casados e coabitantes (10 Great Dates Before You Say I Do; Casa(l) em Construção; CCET; ELEVATE; Marriage Success Training; Paths of Promotion and Enrichment in a Couple's Relationship; e PICK). Oito dos programas não especificam a fase do ciclo vital à qual se destinam. Assim, não foi possível diferenciá-los entre programas de educação conjugal ou pré-conjugal. São eles: 8 Habits of a Successful Marriage; Active Marriage and Best Practices; CARE; Couple CARE; Couple Communication I; Hold Me Tight: Conversations for Connection; LINKS; e Mastering the Mysteries of Love.

A carga horária varia entre curta duração (até 8 horas), média duração (de 9 a 20 horas) e longa duração (acima de 21 horas). Dentre os programas encontrados, apenas dois podem ser classificados como de curta duração: Couple Communication I e ELEVATE. Os de média duração são mais comuns. Dentre os 22 programas, 13 são de média duração: 8 Habits of a Successful Marriage; 10 Great Dates; 10 Great Dates Before You Say I Do; CARE; Casa(l) em Construção; CCET; Couple CARE; Hold Me Tight: Conversations for Connection; Mastering the Mysteries of Love; Nós e os laços; RE; Viver a Dois; e World Class Marriage. Na amostra

encontrada nenhum programa é unicamente de longa duração. Apenas o PAIRS possui versões que ultrapassam 21 horas: PAIRS For Our Future, For Our Family (totaliza 30 horas) e PAIRS Mastery Course (totalizando 120 horas).

Ainda existem programas de carga horária mista que podem se enquadrar ora em programas de curta e média duração, ora em programas de longa duração. Nestes casos a escolha da carga horária a ser realizada fica a cargo do casal. Dentre os programas localizados, sete possuem carga horária mista: Active Marriage and Best Practices (de 8 a 12 horas); LINKS (de 8 a 10 horas); Marriage Success Training (de 8 a 14 horas); Paths of Promotion and Enrichment in a Couple's Relationship (de 18 a 24 horas); PAIRS (de 9 a 120 horas); PICK (de 3 horas e 30 minutos a 10 horas); e PREP (de 8 a 14 horas).

Os programas ainda diferem quanto ao número e frequência dos encontros. A maioria varia entre formatos de uma a dez sessões. Apenas uma versão do PAIRS (PAIRS For Our Future, For Our Family) ultrapassa esse número, disponibilizando 12 encontros. A frequência com que esses encontros ocorrem varia entre sessões semanais, quinzenais, mensais, semestrais, imersão de uma semana, intensivo de um a cinco dias e/ou imersão de fim de semana. As iniciativas que permitem transitar entre duas ou mais configurações são: 8 Habits of a Successful Marriage; Casa(l) em Construção; CCET; Couple CARE; LINKS; ELEVATE; Marriage Success Training; Mastering the Mysteries of Love; Nós e os laços; PAIRS; PREP; e RE. Quatro programas possuem frequência unicamente semanal (10 Great Dates; 10 Great Dates Before You Say I Do; Paths of Promotion and Enrichment in a Couple's Relationship; e Viver a Dois) e um (Hold Me Tight: Conversations for Connection) refere possuir frequência adaptável conforme as necessidades do público, mas sem especificar as possibilidades. Não foi possível encontrar informações sobre a frequência dos encontros de cinco iniciativas (Active Marriage and Best Practices; CARE; Couple Communication I; PICK; e World Class Marriage).

Para serem incluídos neste estudo, os programas deveriam ser ofertados em formato grupal e presencial. Entretanto, grande parte dos programas psicoeducativos possuem formatos adaptáveis, conforme a necessidade do público. Dentre as iniciativas encontradas, os que podem ser definidos como unicamente presenciais e grupais são: 8 Habits of a Successful Marriage; CARE; Casa(l) em Construção; CCET; ELEVATE; LINKS; Marriage Success Training; Mastering the Mysteries of Love; Nós e os laços; Paths of Promotion and Enrichment in a Couple's Relationship; PREP; Viver a Dois; e World Class Marriage. Os outros nove

programas possuem mais de um formato. Os mais comuns ofertam, além da intervenção presencial e grupal, a opção de realizar sessões individuais: 10 Great Dates; 10 Great Dates Before You Say I Do; Active Marriage and Best Practices; Couple Communication I; e RE. O Hold Me Tight: Conversations for Connection e o PAIRS ainda disponibilizam um formato *online*, enquanto o Couple CARE e o PICK mesclam todos os formatos (individual, grupal, presencial e/ou *online*).

Apesar de todos os programas serem ofertados grupos, apenas nove fornecem informações sobre o número de participantes a serem incluídos: Active Marriage and Best Practices (de 12 a 40 pessoas); Casa(l) em Construção (de 3 a 5 casais); Couple Communication I (de 5 a 7 casais); CCET (de 4 a 8 casais); Hold Me Tight: Conversations for Connection (de 4 a 30 pessoas); Nós e os laços (de 6 a 15 casais e de 12 a 30 indivíduos); PAIRS (de 12 a 30 pessoas, mas pode incluir até 200 participantes conforme o formato); Viver a Dois (de 4 a 8 casais); e World Class Marriage (mais de 100 participantes).

Os programas psicoeducativos fazem uso de diversos instrumentos e técnicas para atingir seus objetivos de treinamento. Dentre as iniciativas descritas, as técnicas e instrumentos mais utilizados são: exercícios práticos (individuais, conjugais e grupais); vídeos e instrumentos audiovisuais; psicoeducação; discussões e questionamentos; exercícios de leitura e escrita; avaliações (pré e pós-teste, inventários *online*, questionários e avaliações individuais e conjugais); *role play* e demonstrações; tarefas de casa e supervisão/orientação. Outras técnicas menos utilizadas são: apresentações em *PowerPoint*; avaliações de *follow-up*; avaliações do programa/*feedback*; compartilhamento de experiências e *coaching*.

Por fim, identificou-se uma pluralidade de temas abordados nos programas de educação conjugal e pré-conjugal. As temáticas predominantes são: resolução de problemas e conflitos, comunicação, gerenciamento/expressão de pensamentos e sentimentos, identidade conjugal, satisfação conjugal, sexualidade, fronteiras, expectativas e metas conjugais, habilidades comportamentais, gerenciamento de mudanças, famílias de origem, trabalho e finanças, poder, escolha do (a) parceiro (a) e rede de apoio.

DISCUSSÃO

A revisão dos currículos dos programas psicoeducativos localizados permitiu identificar relações e contradições sobre a estrutura (abordagem, público-alvo, carga horária, configuração/frequência, formato, instrumentos/técnicas e temas) mais comumente utilizada.

Foi possível observar que as iniciativas mais antigas datam de 1975 (Couple Communication I e PAIRS), corroborando a afirmativa de que na América do Norte os programas são elaborados há mais de 40 anos (RIVERA et al., 2015; WAGNER; MOSMANN, 2011). Já os programas mais recentes, criados entre 2014 e 2016, foram desenvolvidos em Portugal (Casa(l) em Construção; e Nós e os laços) e no Brasil (Viver a Dois), sendo consideradas iniciativas inovadoras. Desse modo, o desenvolvimento de programas psicoeducativos em outros países é muito recente (MONTEIRO, 2014; NEUMANN et al., 2018; RAMALHO, 2015), sendo necessário investir em estudos na área (CARROLL; DOHERTY, 2004; COWAN; COWAN, 2014; GREEN; MILLER, 2013; RAMALHO, 2015).

Quanto à abordagem teórica em que os programas são embasados, identificou-se que a maioria segue uma perspectiva Sistêmica ou Integrativa. Tais achados estão de acordo com a literatura, pois é importante que os programas psicoeducativos considerem os contextos (micro e macro) em que os casais estão inseridos. A teoria ecológico-sistêmica permite isso ao abordar os preditores da qualidade conjugal abrangendo o indivíduo, o casal, a família e o contexto sociocultural (DUNCAN et al., 2007; WAGNER; MOSMANN, 2011). Nesta perspectiva foca-se a interação entre os parceiros, o ambiente em que tal interação ocorre, a mudança no padrão de funcionamento e a co-construção das soluções (VASCONCELLOS, 2002). Assim, é possível reduzir os riscos relacionais, considerando as diferentes variáveis que influenciam nas relações. Consequentemente, programas embasados na abordagem Sistêmica são flexíveis quanto aos temas abordados, a fim de trabalhar as demandas reais dos casais e seus contextos (HALFORD, 2011; WAGNER; MOSMANN, 2011).

10

A literatura também aponta a existência de programas que seguem a perspectiva Integrativa. Tais iniciativas têm sido desenvolvidas numa área interdisciplinar, incluindo conhecimentos de diversos campos, como: sociologia, educação, psicologia comunitária, prevenção em saúde mental, aconselhamento conjugal e as principais correntes psicológicas (Cognitivo-comportamental, Psicodinâmica e Sistêmica) (DUNCAN; GODDARD, 2011; MARTINS, 2014; MONTEIRO, 2014; NHMRC, 2005; SMART MARRIAGES, 2005; U.S. DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES, ACF, n.d.). Esses modelos teóricos seguidos pelos autores dos programas de educação conjugal e pré-conjugal influenciam diretamente as temáticas abordadas nos encontros (MONTEIRO, 2014).

Por outro lado, os dados encontrados vão contra uma parcela da literatura onde se refere que a maioria dos programas de educação conjugal e pré-conjugal seguem o modelo Cognitivo

ou Cognitivo-comportamental (BRADBURY; LAVNER, 2012; MARKMAN; RHOADES, 2012; MONTEIRO, 2014). Neste sentido, alguns autores sinalizam que focar apenas a consciência conjugal e o desenvolvimento de habilidades de comunicação, característica dos programas cognitivo-comportamentais, não tem gerado os resultados esperados. É necessário que o campo da educação relacional explore outras bases teóricas e formatos de intervenção (BRADBURY; LAVNER, 2012; HAWKINS et al., 2012; WITTENBORN et al., 2012). Como estas referências datam de 2012, podemos pensar que os desenvolvedores de programas psicoeducativos atentaram para essa demanda, desenvolvendo currículos embasados em outras abordagens, o que explicaria os achados da presente revisão.

Os resultados ainda indicam que os programas psicoeducativos são destinados a um público variado (casais pré-conjugais e recém-casados, com anos de união e em todas as fases do ciclo vital). No entanto, observou-se um maior número de programas de educação pré-conjugual dirigidos a namorados, noivos, recém-casados e coabitantes. Isso acontece por existir maior compreensão e resiliência em casais precoces, principalmente nas fases pré-conjugais, quando estão mais propensos a buscar ajuda (Silliman; Schumm, 2000). Além disso, as estatísticas mostram que a satisfação com o relacionamento decai significativamente nos primeiros anos de casamento, pois é um período difícil que exige muito dos cônjuges (CERVENY; BERTHOUD, 2010; HALFORD, 2011). Como consequência, mais de 20% dos casais se separam nos primeiros cinco anos de casamento (WALSH, 2016). Por isso, é uma fase que merece atenção e intervenção a fim de melhorar os relacionamentos e prevenir adversidades (WAGNER; MOSMANN, 2011; WITTENBORN et al., 2012).

11

Ademais, os programas devem incluir casais de noivos, recém-casados, coabitantes, em união estável e demais parceiros que desejam assumir um compromisso (GREEN; MILLER, 2013; RIVERA et al., 2015). Tal cuidado se deve em vista de que nos países ocidentais a maioria dos casais optam pela coabitação como uma alternativa ao casamento. Nestes casos, a transição para a conjugalidade pode não acontecer ou acontecer muitos anos após o início da coabitação, quando os padrões de interação conjugal já estão bem estabelecidos (HALFORD, 2011). Limitar as intervenções pré-conjugais a noivos e recém-casados pode excluir e prejudicar uma parcela significativa da população (GREEN; MILLER, 2013).

Ainda se verificou que, dentre os programas localizados, a maioria é de média duração, totalizando de 9 a 20 horas. Este resultado vai ao encontro da literatura, pois programas de duração moderada (entre 9 e 20 horas), com sessões curtas ao longo de algumas semanas ou

meses mostraram-se mais eficazes (HAWKINS et al., 2012). Esta forma de distribuição da carga horária permite maior integração e consolidação das competências e conhecimentos trabalhados (MONTEIRO, 2014). Também existem evidências de que os programas de 9 a 20 horas são capazes de promover melhorias em curto prazo na comunicação e satisfação conjugal (HALFORD; BODENMANN, 2013). Já os programas de baixa dosagem (de 1 a 8 horas) são considerados ineficazes uma vez que disponibilizam pouco tempo para que os conhecimentos, habilidades e atitudes se estruturam como novas aquisições (RAMALHO, 2015). Os programas de alta dosagem (acima de 21 horas) são pouco comuns e seus efeitos são desconhecidos (HAWKINS et al., 2012). Tal afirmativa corrobora o resultado da presente pesquisa em que apenas o PAIRS possui versões de longa duração.

O número de encontros, por sua vez, varia de 1 a 10, existindo iniciativas com sessão única ofertadas em formato intensivo e iniciativas com múltiplas sessões em formato extensivo. Geralmente, o formato intensivo de uma ou duas sessões refere-se a programas de baixa dosagem (de 1 a 8 horas) e possuem efeitos moderados. Os melhores resultados são encontrados em programas de 10 ou mais sessões (HAWKINS et al., 2012). Isso se justifica pelo fato de que estender a intervenção por um período mais longo possibilita aos casais tempo para integrar e desenvolver os recursos trabalhados (RAMALHO, 2015). Entretanto, para definir a quantidade de encontros é importante considerar a opinião dos potenciais participantes, principalmente em países cujos programas de educação conjugal e pré-conjugal são pouco difundidos (MONTEIRO, 2014), como no Brasil (NEUMANN et al., 2018).

12

Outro fator que deve levar em consideração a opinião dos potenciais participantes é a frequência dos encontros. Nesta pesquisa os resultados indicam que a maioria dos programas possui frequência variável, com sessões semanais, quinzenais, mensais, semestrais, imersão de uma semana, intensivo de um a cinco dias e/ou imersão de fim de semana, permitindo que os casais escolham a configuração que desejam cumprir, de acordo com suas necessidades e objetivos. Esta pluralidade de formatos é descrita na literatura, bem como a possibilidade de escolha pela configuração que mais se adequa à realidade dos casais (WAGNER; MOSMANN, 2011). É importante que o modo de entrega do programa seja flexível, a fim de atender a expectativa da população a qual se destina (BRADBURY; LAVNER, 2012; HAWKINS et al., 2012).

Quanto ao formato, identificou-se que a maioria segue uma configuração unicamente presencial e grupal, incluindo um pequeno número de casais (de 3 a 15). Este resultado é

corroborado pela bibliografia da área, pois os programas têm sido majoritariamente implementados em formato presencial para pequenos grupos (HALFORD, 2011; RAMALHO, 2015; WAGNER; MOSMANN, 2011). Algumas iniciativas ainda permitem optar entre formatos individuais e à distância (*online*). Essa variação na forma de ofertar os programas psicoeducativos se deve ao fato de que alguns casais conectam-se e engajam-se mais a modelos grupais, enquanto outros não consideram a aliança grupal um fator de impacto nas aprendizagens (OWEN et al., 2013).

Os resultados sobre os instrumentos e técnicas utilizados indicam que os mais comuns são exercícios práticos (individuais, conjugais e grupais); vídeos e instrumentos audiovisuais; psicoeducação; discussões e questionamentos; exercícios de leitura e escrita; avaliações (pré e pós-teste, inventários *online*, questionários e avaliações individuais e conjugais); *role play* e demonstrações; tarefas de casa e supervisão/orientação. Esta pluralidade justifica-se pelo fato de que existem diferentes metodologias utilizadas nos programas educativos, as quais podem incluir o uso de conversas, discussões e atividades delineadas para desenvolver habilidades (WAGNER; MOSMANN, 2011). Incluir exercícios práticos e vivenciais permite que os casais implementem as habilidades aprendidas em seus relacionamentos, quando alguma situação as exige (BRADBURY; LAVNER, 2012). Utilizar avaliações também é importante para identificar se o programa será capaz de auxiliar o casal ou se possuem problemas graves, os quais poderiam ser melhor manejados em terapia conjugal (GREEN; MILLER, 2013; HALFORD, 2011; WAGNER; MOSMANN, 2011). Além disso, a literatura indica que os programas seguem um currículo padronizado, mas flexíveis, pois os casais possuem perfis diferentes e precisam aprender habilidades diferentes. Assim, fazer uso de múltiplas técnicas e instrumentos permite abarcar um número maior de parceiros (BRADBURY; LAVNER, 2012; HALFORD, 2011).

Por fim, identificou-se uma multiplicidade de temas abordados nos programas, os quais variam de acordo com a abordagem teórica. As iniciativas mais empiricamente testadas possuem como foco o treino de competências em comunicação, incluindo o ensino de habilidades de emissão e escuta, gestão de conflitos e planejamento de estratégias (MONTEIRO, 2014; NEUMANN et al., 2018). São trabalhadas, ainda, técnicas de solução de problemas, empregando os conhecimentos adquiridos para discutir temáticas como: intimidade/sexualidade, famílias de origem, expressão e gerenciamento de emoções, tempo em conjunto, mudanças profissionais, desafios futuros, e outros (BRADBURY; LAVNER, 2012; HALFORD, 2011; MONTEIRO, 2014). Por outro lado, a ênfase em habilidades de comunicação,

apesar de produzir mudanças na forma como o casal conversa, não produz mudanças estatisticamente significativas na satisfação conjugal e qualidade do relacionamento (BRADBURY; LAVNER, 2012; HAWKINS et al., 2012).

Há que se destacar também que os programas embasados na abordagem Sistêmica, predominantes nesta amostra, tendem a ser semiestruturados e flexíveis, podendo alterar as temáticas de acordo com o contexto e necessidades dos participantes (MONTEIRO, 2014). Este foco no contexto é importante a fim de levar em consideração a cultura e características da população a qual se destina o programa, bem como as tarefas e desafios que os parceiros enfrentam rotineiramente (BRADBURY; LAVNER, 2012). As iniciativas sistêmicas incluem temas como: identidade conjugal, forças e recursos conjugais, influência dos contextos e sistemas na conjugalidade, laços transgeracionais, interação conjugal e satisfação conjugal (IAFRATE et al., 2010; MARTINS, 2014; MONTEIRO, 2014; RAMALHO, 2015; WAGNER, 2015).

Em outras palavras, as iniciativas sistêmicas trabalham os fatores dinâmicos que podem prever a satisfação conjugal. Estes fatores são mutáveis por meio de intervenções como os programas psicoeducativos. É preferível e mais eficaz trabalhar essas temáticas do que se deter a fatores estáticos e difíceis de alterar (como a idade e personalidade dos cônjuges, experiências em relacionamentos prévios, diferenças de crenças religiosas e a fase do ciclo vital em que se encontram) (HALFORD, 2011). Focar na mudança dos fatores estáticos, e não no processo de interação conjugal (fatores dinâmicos), é um dos principais motivos de fracasso dos programas de educação conjugal e pré-conjugal (WAGNER; MOSMANN, 2011).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os programas avaliados mostraram-se variados, permitindo identificar relações e contradições sobre a estrutura (abordagem, público-alvo, carga horária, configuração/frequência, formato, instrumentos/técnicas e temas) mais utilizada. Os resultados indicam que os programas embasam-se na abordagem sistêmica ou integrativa, são predominantemente pré-conjugais, com carga horária moderada (entre 9 e 20 horas), incluindo 10 ou mais encontros de frequência variada e flexível, ofertados em formato presencial e grupal, com um pequeno número de participantes (de 3 a 15 casais). Os instrumentos/técnicas utilizados e as temáticas trabalhadas são variados e, esta diversidade de metodologias visa incluir múltiplos casais.

Verificou-se, ainda, que as temáticas trabalhadas são diretamente influenciadas pela abordagem teórica seguida. Os programas sistêmicos, predominantes nesta amostra, tendem a trabalhar temas como: identidade conjugal, forças e recursos conjugais, influência dos contextos e sistemas na conjugalidade, laços transgeracionais, interação conjugal e satisfação conjugal. Entretanto, eles são flexíveis, permitindo abordar outros assuntos considerados pertinentes pelos casais.

Assim, conclui-se que existe uma homogeneidade programática no campo da educação conjugal. Os programas intervêm da mesma maneira, ensinam praticamente as mesmas coisas e organizam-se de forma parecida. No entanto, apenas replicar os modelos existentes em outros países não é suficiente, tampouco eficaz. Ao elaborar intervenções preventivas deve-se levar em consideração o contexto, demandas e cultura da população-alvo, tornando-se necessário recorrer aos possíveis participantes para verificar o que estes consideram importante trabalhar e como fazê-lo. Este cuidado torna-se necessário principalmente nos países em que tais iniciativas são pouco conhecidas, como no Brasil.

Por fim, acredita-se que a principal contribuição desse estudo é a sintetização da produção científica da área, permitindo apontar os próximos passos para a criação de um programa de educação pré-conjugal destinado ao contexto brasileiro. O desenvolvimento de tais intervenções preventivas assume particular importância na medida em que pode evitar o desenvolvimento de adversidades conjugais que exijam terapia posterior. Consequentemente, pode auxiliar a reduzir as taxas de divórcio que vêm aumentando no país. Por ser um campo pouco desenvolvido, ainda se configura como uma nova área de atuação para psicólogos e terapeutas de casais. Os programas psicoeducativos permitem que estes profissionais atuem não apenas no processo curativo, mas também na prevenção e promoção de saúde familiar e conjugal, intervindo antes que haja sintoma.

AGRADECIMENTOS E FINANCIAMENTO

A pesquisa foi desenvolvida com apoio financeiro da Fundação de Amparo à pesquisa do Estado do Rio Grande do Sul (FAPERGS) e da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), por meio da Bolsa de Mestrado (Edital FAPERGS/CAPES 05/2017). Este artigo faz parte da Dissertação de Mestrado da pesquisadora Mayara Quevedo Ribeiro, intitulada “Construção de um programa de educação pré-conjugal”, pela Faculdade Meridional (IMED), 2019.

REFERÊNCIAS

ALABAMA COOPERATIVE EXTENSION SYSTEM; UNIVERSITY OF GEORGIA COOPERATIVE EXTENSION. 2014. Elevate - Taking your relationship to the next level: Couple workbook. Disponível em: <https://www.fcs.uga.edu/nermen/elevate-curriculum-download>. Acesso em: 06 mar. 2026.

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

BODENMANN, G.; SHANTINATH, S. D. The Couples Coping Enhancement Training (CCET): A new approach to prevention of marital distress based upon stress and coping. *Family Relations*, 2004, 53(5), 477-484.

BRADBURY, T. N.; LAVNER, J. A. How can we improve preventive and educational interventions for intimate relationships? *Behavior Therapy*, 2012, 43(1), 113-122.

CAMPBELL, M.; EGAN, M.; LORENC, T.; BOND, L.; POPHAM, F.; FENTON, C.; BENZEVAL, M. Considering methodological options for reviews of theory: Illustrated by a review of theories linking income and health. *Systematic Reviews*, 2014, 3(114), 1-11.

CARROLL, J. S.; DOHERTY, W. J. Evaluating the effectiveness of premarital education: A review of outcome research. *Family Relations*, 2004, 52(1), 105-118.

CERVENY, C. M. DE. O.; BERTHOUD, C. M. E. Família e ciclo vital: Nossa realidade em pesquisa. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2010.

COMMEFORD, J.; HUNTER, C. Marriage and relationship education: Recent research findings. *Family Matters*, 1(97), 2016, 55-66.

COWAN, P. A.; COWAN, C. P. Controversies in couple relationship education (CRE): Overlooked evidence and implications for research and policy. *Psychology, Public Policy and Law*, 2014, 20(4), 361-383.

DUNCAN, S. F.; GODDARD, H. W. Designing comprehensive family life education prevention programs. In S. F. Duncan; H. W. Goddard, *Family life education: Principles and practices for effective outreach* (pp. 27-55). Thousand Oaks: Sage, 2011.

DUNCAN, S.; HOLMAN, T. B.; YANG, C. Factor associated with involvement in marriage preparation programs. *Family Relations*, 2007, 56(3), 270-278.

FERENHO, H. A.; FERNANDES, R. F. Desmistificando a revisão de literatura como base para redação científica: Método SSF. *Revista ACB*, 2016, 21(3), 550-563.

GINSBERG, B. G. n. d. Couple relationship enhancement therapy/prevention: A skill-learning program to foster intimacy and stability. Unpublished Manuscript. Disponível em: https://www.acf.hhs.gov/sites/default/files/cb/nccan14_workshop_111.pdf. Acesso em: 06 mar. 2026.

GREEN, A. R.; MILLER, L. D. A literature review of the strengths and limitations of premarital preparation: Implications for a Canadian context. *Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy*, 2013, 47(2), 256–271.

HALFORD, W. K. What is couple relationship education? Why is it needed? In W. K. HALFORD, *Marriage and relationship education: What works and how to provide it* (pp. 1–35). New York: Guilford Press, 2011.

HALFORD, W. K.; BODENMANN, G. Effects of relationship education on maintenance of couple relationship satisfaction. *Clinical Psychology Review*, 2013, 33(1), 512–525.

HAWKINS, A. J.; STANLEY, S. M.; BLANCHARD, V. L.; ALBRIGHT, M. Exploring programmatic moderators of the effectiveness of marriage and relationship education programs: A meta-analytic study. *Behavior Therapy*, 2012, 43(1), 77–87.

IAFRATE, R.; DONATO, S.; BERTONI, A. Conoscere e promuovere il legame di coppia: Risultati di ricerca ed indicazioni per un intervento preventivo. *Peeters Online Journals*, 2010, 16(1), 65–82.

INTERPERSONAL COMMUNICATION PROGRAMS INCORPORATION. 2018. Couple Communication I. Disponível em: <http://couplecommunication.com/couple-communication-i/>. Acesso em: 06 mar. 2026.

LOVE THINKS LIMITED LIABILITY COMPANY. 2015a. Falling in love is easy... Staying in love requires recalibration. Disponível em <http://www.lovethinks.com/couples/>. Acesso em: 06 mar. 2026.

LOVE THINKS LIMITED LIABILITY COMPANY. 2015b. How to follow your heart without losing your mind. Disponível em: <http://www.lovethinks.com/singles/>. Acesso em: 06 mar. 2026.

LOVE THINKS LIMITED LIABILITY COMPANY. 2015c. PICK a Partner: Research overview. Unpublished Manuscript. Disponível em: <http://www.lovethinks.com/fullpanel/uploads/files/pick-research-summary-with-cover.pdf>. Acesso em: 06 mar. 2026.

MAHOOD, Q.; VAN EERDA, D.; IRVIN, E. Searching for grey literature for systematic reviews: Challenges and benefits. *Research Synthesis Methods*, 2013, 5(3), 221–234.

MARKMAN, H. J.; RHOADES, G. K. Relationship education research: Current status and future directions. *Journal of Marital and Family Therapy*, 2012, 38(1), 169–200.

MARRIAGE SUCCESS TRAINING. n. d. The MST seminar. Disponível em: <http://stayhitched.com/training.htm>. Acesso: 06 mar. 2026.

MARTINS, C. S. C. Perspetivas e contributos de jovens casais portugueses para o desenho de um programa de educação conjugal: Estudo exploratório qualitativo (Master's thesis), 2014. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10451/19919>. Acesso em: 06 mar. 2026.

MIRANDA, D.; CARDOSO, H.; CARDOSO, J. 2016. Véspera – preparando para casar. Paper presented at the XII Congresso Brasileiro de Terapia Familiar, Gramado, RS. Disponível em: http://abratef.org.br/2018/Documentos/ANAIS_XII_CONGRESSO_2016.pdf. Acesso em: 06 mar. 2026.

MONTEIRO, A. L. P. P. Casa(l) em construção: Uma base teórico-empírica para o desenvolvimento de uma intervenção na transição para a conjugalidade (Doctoral dissertation), 2014. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10451/15654>. Acesso em: 06 mar. 2026.

NATIONAL HEALTHY MARRIAGE RESOURCE CENTER. 2005. Marriage/relationship education. Disponível em: <http://www.healthymarriageinfo.org/category/resources/topics/marriage-relationship-education/>. Acesso em: 06 mar. 2026.

NEUMANN, A. P.; WAGNER, A. Perspectivas e desafios da coordenação de um programa de educação conjugal. *Psico*, 2018, 49(4), 410-421

NEUMANN, A. P.; WAGNER, A.; REMOR, E. Couple relationship education program “Living as Partners”: Evaluation of effects on marital quality and conflict. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 2018, 31(26), 1-13.

OWEN, J.; ANTLE, B.; BARBEE, A. Alliance and group cohesion in relationship education: Mechanisms of change. *Family Process*, 2013, 52(3), 465-476.

PAIRS FOUNDATION. 1992. PAIRS: Practical Application of Intimate Relationship Skills. Unpublished Manuscript. Disponível em: <http://board.pairs.com/docs/pairstrademark.pdf>. Acesso em: 06 mar. 2026.

18

PREP INCORPORATION. 2015. PREP 8.o. Disponível em: <https://www.prepinc.com/shopping/ProductList.aspx?ID=192>. Acesso em: 06 mar. 2026.

RAMALHO, C. S. R. C. Educar (n)a conjugalidade: Variáveis psicossociais na promoção do ajustamento diádico, da qualidade relacional e do bem-estar pessoal (Doctoral dissertation), 2015. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10451/22517>. Acesso em: 06 mar. 2026.

RIVERA, D.; CUMSILLE, P.; DOMÍNGUEZ, C.; HIDALGO, C. G. Los programas educativos para parejas y matrimonios: Una nueva propuesta clínica para Chile. *Terapia psicológica*, 2015, 33(1), 13-21.

ROGGE, R. D.; JOHNSON, M. D.; LAWRENCE, E.; COBB, R.; BRADBURY, T. N. The CARE program: A preventive approach to marital intervention. In A. S. GURMAN; N. S. JACOBSON, *Clinical handbook of couple therapy* (3rd ed., pp. 420-435). New York: Guilford Press, 2002.

SILLIMAN, B.; SCHUMM, W. R. Marriage preparation programs: A literature review. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 2000, 8(2), 133-142.

SMART MARRIAGES. 2005. Directory programs. Disponível em: <http://www.smartmarriages.com/app/Directory.BrowsePrograms>. Acesso em: 06 mar. 2026.

UFFICIO FAMIGLIA DIOCESANO. 2017. È finita la luna di miele: Percorso di arricchimento del legame di coppia. Unpublished Manuscript.

Disponível em: <http://www.parrocchiarosta.it/files/Percorso-di-Enrichment-Familiare-Torino-2016-17--volantino.pdf>. Acesso em: 06 mar. 2026.

UNITED STATES DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES, ADMINISTRATION FOR CHILDREN AND FAMILIES. n.d. Strengthening families curriculum resource guide. Disponível em: <https://hmr curriculum.acf.hhs.gov/>. Acesso em: 06 mar. 2026.

UNITED STATES DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES, ADMINISTRATION FOR CHILDREN AND FAMILIES. 2009. A guide to low-cost curricula and resources for marriage and relationship, fatherhood and parenting, and financial education. Disponível em: <https://healthymarriageandfamilies.org/library-resource/guide-low-cost-curricula-and-resources-marriage-and-relationship-fatherhood-and>. Acesso em: 06 mar. 2026.

VASCONCELLOS, M. J. E. Pensamento sistêmico: O novo paradigma da ciência. São Paulo: Papirus, 2002.

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

WAGNER, A.; MOSMANN, C. P. Educar para a conjugalidade: Que a vida não nos separe. 19
In L. C. OSORIO; M. E. P. VALLE. (Orgs.), Manual de terapia familiar (pp. 261-270). Porto Alegre: Artmed, 2011.

WALSH, F. Diversidade e complexidade nas famílias do século XXI. In F. WALSH, Processos normativos da família: Diversidade e complexidade (pp. 483-498). Porto Alegre: Artmed, 2016.

WITTENBORN, A. K; FABER, A. J.; KEILEY, M. K. An attachment and affect regulation based multiple couple group intervention for couples transitioning to marriage/commitment. Journal of Couple & Relationship Therapy, 2012, 11(3), 189-204.