



**Universidade de Évora - Escola de Ciências Sociais**

**Mestrado em Psicologia**

Dissertação

**O papel mediador da expansão do self na relação entre a  
satisfação com o relacionamento amoroso e o  
desenvolvimento profissional de psicoterapeutas**

Patrícia Isabel Galandim Costa

Orientador(es) | Isabel Maria Mesquita

Évora 2022

---

---

---

---



---

**Universidade de Évora - Escola de Ciências Sociais**

**Mestrado em Psicologia**

Dissertação

**O papel mediador da expansão do self na relação entre a  
satisfação com o relacionamento amoroso e o  
desenvolvimento profissional de psicoterapeutas**

Patrícia Isabel Galandim Costa

Orientador(es) | Isabel Maria Mesquita

Évora 2022

---

---

---

---



A dissertação foi objeto de apreciação e discussão pública pelo seguinte júri nomeado pelo Diretor da Escola de Ciências Sociais:

Presidente | Constança Biscaia (Universidade de Évora)

Vogais | Carolina Franco () (Arguente)  
Isabel Maria Mesquita (Universidade de Évora) (Orientador)

“Our selections are neither random nor irrelevant, and we are wise to examine the patterns and preferences in our ongoing choices”  
(Mahoney, 1991, p. 253).

Ao meu amor, Luís.

## Agradecimentos

A Dissertação que apresento para apreciação, apesar da sua natureza individual, é o resultado dos múltiplos encontros com todas as pessoas com quem partilho este percurso. A estas pessoas, quero agradecer por tornarem este caminho tão prazeroso para mim. Em particular:

À Professora Doutora Isabel Mesquita, por ser uma referência na minha formação, bem como uma fonte de inspiração, e por estimular a minha reflexão continuada. Ficarei sempre grata por me ter permitido desenvolver esta Dissertação sem limitar os meus horizontes.

Ao Professor Doutor Manuel Minhoto, por tão amável e pacientemente se disponibilizar para me auxiliar com as análises estatísticas, não só nesta Dissertação, mas ao longo de todo o meu percurso académico.

Ao Professor Doutor António Branco Vasco, por gentilmente me ceder a versão portuguesa do *Development of Psychotherapists Common Core Questionnaire*, bem como por todos os esclarecimentos relativos ao questionário.

Às Associações e Sociedades de Psicanálise e/ou Psicoterapia Psicodinâmica, por me auxiliarem na divulgação dos questionários e às/aos participantes pela disponibilidade, paciência e colaboração.

Aos meus pais e ao meu irmão, por tudo. Serei eternamente grata pelo vosso apoio incondicional ao longo de todo o meu percurso vital, que me permite percorrer o caminho que escolhi.

À minha família, Mena, Paulo, João, Xoxinha, Fernandinho, Nando, Ana, Avó Dida e Avó Dete, por todo o incentivo no percorrer dos meus sonhos, e, em particular, à Lina e à Sónia, por todas as memórias que guardo com tanto carinho no Restaurante das Manas.

Ao Luís, meu amor, a quem dedico esta Dissertação, primeiramente por me ter sugerido o título da mesma. Face ao meu desânimo por pensar não conseguir conciliar as minhas áreas de interesse, ofertaste-me a possibilidade de fazê-lo. Acima de tudo, sou eternamente grata pelo apoio incondicional, pela expansão conjunta do *Self*, pela promoção do meu desenvolvimento, e, especialmente, por me mostrares que o Amor poder ser um lugar tão puro e tranquilo de afetos, compreensão e aceitação.

À Margarida, à Jéssica, à Inês e à Leonor, companheiras assíduas do meu percurso académico, por toda a amizade, pela motivação conjunta, pelos cafés *delice* e pelas horas longas investidas no Verney ou em videochamadas.

À Susana, pela amizade tão genuína que contruímos e mantemos ao longo de todos estes anos.

## **O papel mediador da expansão do *Self* na relação entre a satisfação com o relacionamento amoroso e o desenvolvimento profissional de psicoterapeutas**

### **Resumo**

Esta investigação, operacionalizada de modo quantitativo, correlacional e transversal, objetivou estudar o efeito mediador da expansão do *Self* (ES) na associação entre a satisfação com o relacionamento amoroso (SRA) e o desenvolvimento profissional (DP), numa amostra de psicoterapeutas psicodinâmicos. A literatura evidencia uma relação entre as variáveis, esperando-se que níveis elevados de ES mediassem tal associação. Utilizaram-se os inventários *IMS-SV*, *SEPS* e *DPCCQ*, bem como uma ficha de dados sociodemográficos. A amostra, de tipo não-probabilístico, contou com 72 mulheres e 33 homens, formandos/formados em psicoterapia psicodinâmica. Analisaram-se os dados através de técnicas estatísticas paramétricas e não-paramétricas apoiadas com *software* específico. Utilizou-se *path analysis* por modelação de equações estruturais para testar o modelo de mediação. A ES não se apresentou como variável mediadora. Os resultados sugerem que não existe relação entre SRA e DP. Importa refletir sobre a necessidade de fornecer estratégias de equilíbrio entre as dimensões profissional e pessoal.

**Palavras-chave:** desenvolvimento profissional, expansão do *Self*, psicoterapeutas, relacionamento amoroso, satisfação com a relação.

# **The mediating role of Self-expansion in the relationship between relationship satisfaction and the professional development of psychotherapists**

## **Abstract**

This investigation, operationalized in a quantitative, correlational and transversal way, aimed to study the mediating effect of Self-expansion (SE) in the association between relationship satisfaction (RS) and professional development (PD), in a sample of psychodynamic psychotherapists. The literature shows a relationship between the variables, and high levels of SE are expected to mediate this association. IMS–SV, SEPS and DPCCQ were used, as well as a sociodemographic form. The non-probabilistic sample consisted of 72 women and 33 men, trainees/graduates of psychodynamic psychotherapy. Data were analyzed using parametric and non-parametric statistical techniques supported by specific software. Path analysis by structural equation modeling was used to test the mediation model. SE did not appear as a mediating variable. The results suggest that there is no relationship between RS and PD. It is important to reflect on the need to provide strategies to balance the professional and personal dimensions.

**Keywords:** professional development, relationship satisfaction, romantic relationship, self-expansion, psychotherapists.



## Índice

Introdução.....	1
Enquadramento Teórico .....	3
Teoria da Expansão do <i>Self</i> .....	3
Satisfação com o Relacionamento Amoroso e Expansão do <i>Self</i> .....	6
Expansão do <i>Self</i> e Desenvolvimento Profissional de Psicoterapeutas.....	9
Satisfação com o Relacionamento Amoroso e Desenvolvimento Profissional de Psicoterapeutas .....	12
Objetivos do Estudo.....	13
Método.....	14
Participantes.....	14
Instrumentos .....	15
Procedimento .....	18
Análise de Dados .....	19
Resultados.....	21
Análise Preliminar .....	21
Testes de Comparação de Médias .....	22
Testagem de Modelos de Mediação .....	25
Discussão .....	27
Limitações e estudos futuros .....	32
Virtudes e conclusões .....	34
Referências .....	36

## Introdução

Há muito que se estabeleceu o consenso sobre aquilo que é o conceito de *Self*, através do trabalho seminal de James (1890). De acordo com o autor, o mesmo refere-se ao sentido de identidade de um sujeito e inclui as características, crenças, preferências, atributos físicos, relações sociais, posses pessoais e identidade subjetiva do próprio (Markus, 1977). Ainda que o *Self* seja subjetivamente experienciado como consistente ao longo do tempo (Hughes et al., 2019), as investigações demonstram que está em constante desenvolvimento (Slotter & Kolarova, 2020), através de experiências pessoais e sociais (e.g., Markus & Wurf, 1987; McConnell, 2011). Uma forma através da qual os sujeitos o transformam é expandindo o seu *Self* (Aron & Aron, 1986; Mattingly et al., 2014). A expansão do *Self* pode ser teorizada como uma motivação individual para aumentar a sua diversidade e complexidade, incorporando novas qualidades e perspectivas (Aron et al., 2013), e resulta num sentimento de maior competência (Hughes et al., 2019) para lidar com situações diversas (e.g., fracasso ou rejeição; Linville, 1987).

Aron et al. (2013) defendem que a expansão do *Self* ocorre como resultado da conclusão de tarefas novas e desafiadoras e da aquisição direta de novas perspectivas, recursos e identidades, principalmente quando em conjunto com um Outro que se possa incluir no *Self* (Branand et al., 2019; Mattingly & Lewandowski, 2013b; McIntyre et al., 2014). O relacionamento amoroso parece promover sobremaneira a expansão do *Self* (Aron et al., 2000), pois há o encontro com um Outro que oferece diversas oportunidades para a realização individual e interpessoal (Wood et al., 2021), e com o qual se pode prosseguir (n)o desenvolvimento (Mesquita, 2020b). De acordo com Mesquita (2020b), o encontro amoroso corresponde a uma possibilidade de relação com um Outro com uma subjetividade própria, que desencadeará transformações do *Self* mútuas, promotoras do aumento da satisfação com a relação (Graham, 2008).

Nos últimos anos, tem sido atribuída particular relevância à satisfação com o relacionamento amoroso, dado predizer fortemente felicidade, bem-estar e saúde mental (e.g., Bodenmann et al., 2011; Chapman & Guven, 2016; S. Cohen, 2004; DeWall et al., 2011; Diener & Seligman, 2002; Dush et al., 2008; Fincham & Beach, 2010a; King & Reis, 2012). Destarte, os relacionamentos satisfatórios deixaram de ser tão reconhecidos pela ausência de conflitos, mas antes pela forma como o casal floresce (Kemp et al., 2017; Muise et al., 2019), através do compromisso (Welwood, 1990) e de uma parceria

colaborativa (Fincham et al., 2007; Fowers, 2000) entre os seus membros. Numerosos estudos se têm focado no modo como a expansão do *Self* aumenta a satisfação com o relacionamento amoroso (e.g., Cortes et al., 2020; Harasymchuck et al., 2021; Muise et al., 2019; Pietras & Briken, 2021).

Ainda que a investigação em torno da expansão do *Self* se tenha centrado no âmbito dos relacionamentos amorosos (Aron et al., 2000), C. E. Gray et al. (2020) sustentam que também ocorre no contexto do trabalho, quando este é verdadeiramente estimulante. Sugerimos, apesar da inexistência de estudos que o comprovem, que o trabalho psicoterapêutico é altamente expansível do *Self*, na medida em que é realizado na relação com o Outro (Biscaia & Figueiredo, 2019) e requer que se incorporem novas perspectivas (Davis et al., 2009; Leary et al., 2008) que permitam entrar em sintonia afetiva e empática (Machado, 2003, 2006) com o cliente. A evidência empírica aponta para que, ao longo do seu desenvolvimento profissional, os terapeutas se tornem mais genuínos na relação com o cliente (Rønnestad et al., 2018), pois integram adequadamente o seu *Self* pessoal num *Self* profissional coeso (Orlinsky et al., 2019), o que contribui significativamente para os processos de mudança terapêutica (Lambert, 2013). Daqui se deduz que as experiências da vida pessoal do terapeuta, como é o caso das relações interpessoais (e.g., relações amorosas), exercem um papel fundamental no seu desenvolvimento e na forma como se colocam na relação terapêutica (Biscaia & Figueiredo, 2019).

Tendo por base este enquadramento, o presente trabalho, que constitui uma Dissertação de Mestrado desenvolvida para a obtenção do grau de Mestre em Psicologia (área de especialização Psicologia Clínica), pretende estudar o efeito mediador da expansão do *Self* na relação entre a satisfação com o relacionamento amoroso e o desenvolvimento profissional de psicoterapeutas. De modo a cumprir o seu propósito, esta Dissertação divide-se em quatro partes. Na primeira parte, procuramos fazer uma revisão teórica sobre os seus diferentes conceitos centrais (viz., expansão do *Self*, satisfação com o relacionamento amoroso e desenvolvimento profissional de psicoterapeutas). Na segunda, apresentamos uma investigação realizada com uma amostra de psicoterapeutas de orientação psicodinâmica. Na terceira, são apresentados os resultados do estudo. Por fim, na quarta parte deste trabalho, é apresentada a discussão, no sentido de relacionar os resultados da investigação efetuada com os da literatura referenciada, bem como as considerações finais, onde apresentamos em síntese as

conclusões, vantagens e limitações do estudo e pistas para estudos futuros, e procuramos contribuir para a compreensão do mesmo e das suas implicações para a prática clínica.

## Enquadramento Teórico

### Teoria da Expansão do *Self*

De acordo com a teoria da expansão do *Self* (Aron & Aron, 1986), os sujeitos são fundamentalmente motivados a adquirir novos recursos e competências (Aron, 2003; Aron & Aron, 1986, 1996; Aron et al., 2013; Mattingly & Lewandowski, 2014a; Mattingly et al., 2014) que aumentem a autoeficácia (Mattingly & Lewandowski, 2013a; Sheets, 2014) para interagir com/no mundo e atingir metas futuras (Aron et al., 1998), através da experiencição diádica (Aron et al., 2000; Reissman et al., 1993) de atividades novas, entusiasmantes e desafiadoras (e.g., viajar, visitar museus, conhecer novas pessoas, experimentar novos *hobbies*; Aron & Aron, 1986; Aron et al., 1991; Aron et al., 2000; Graham, 2008; Harasymchuk, Muise et al., 2020; Xu et al., 2019), de sucesso (Graham & Harf, 2015), e que permitam a integração de conteúdo positivo no *Self* (McIntyre et al., 2015; Slotter & Gardner, 2012b). Destarte, a expansão do *Self* é o processo através do qual os sujeitos adotam *insights* e perspetivas que alteram e adicionam novas qualidades à sua identidade (Aron & Aron, 1986, 1996, 1997), com a motivação principal de criar um *Self* coeso (Slotter & Kolarova, 2020). Este processo envolve uma fase de expansão (i.e., diversificar a complexidade do *Self*) e uma fase de integração (i.e., incorporar os novos atributos nas características já existentes; Aron & Aron, 1986; Aron et al., 2013).

Ainda que a adoção de novos atributos no *Self* pareça acontecer inconscientemente, pode ocorrer de modo intencional ou não-intencional (Hughes et al., 2019). Uma forma mais intencional de expansão do *Self* geralmente envolve planeamento e esforço (Aron et al., 2000), caracterizando-se pela participação em atividades novas, interessantes e desafiadoras (e.g., Aron et al., 2013; Mattingly & Lewandowski, 2013a, 2014a), individualmente ou no contexto de relacionamentos (e.g., amorosos; Mattingly & Lewandowski, 2013a). Em contraste, uma forma não-intencional de expansão do *Self* ocorre através da adoção de características de um Outro próximo pela convivência (Aron

et al., 2000). Mesmo na ausência de experiências compartilhadas (Aron et al., 2013), este processo pode desencadear-se devido à motivação de afiliação a um alvo romântico (e.g., Slotter & Gardner, 2009, 2012b; Slotter & Kolarova, 2020).

Apesar de se poder desenrolar individualmente, a principal forma de expansão consiste em integrar atributos do Outro e torná-los seus (e.g., Aron, 2003; Hughes et al., 2019; Stanton et al., 2020; Tsapelas et al., 2020; Xu et al., 2016), pois os relacionamentos íntimos proporcionam oportunidades de crescimento pessoal mútuo (Pietras & Briken, 2021), através do envolvimento conjunto em novas atividades (e.g., Aron, 2003; Aron & Aron, 1986; Aron et al., 2013; Richman et al., 2015; Slatcher, 2010; Tomlinson et al., 2018), onde se experienciem emoções positivas (Aron et al., 2000; Fivecoat et al., 2014; Graham & Harf, 2015). As relações de amizade (e.g., Richman et al., 2015; Tomlinson et al., 2018), mas, principalmente, os relacionamentos amorosos (em particular na sua fase inicial; Tsapelas et al., 2020) são uma fonte importante para este processo (Aron & Aron, 1986, 1996; Aron et al., 1992), na medida em que facilitam a inclusão de recursos, perspectivas e características do parceiro no *Self* (e.g., Aron & Aron, 1996; Aron et al., 1991; Aron et al., 1998; Aron, Mashek et al., 2004; Aron, McLaughlin-Volpe et al., 2004; Harasymchuk et al., 2017; Lewandowski & R. A. Ackerman, 2006; Lewandowski & Aron, 2002; Muise et al., 2019; Tsapelas, 2020; ver Aron et al. [2013] para uma revisão).

O “Fenómeno Michelangelo” (Rusbult et al., 2009) é uma elucidativa ilustração do processo de expansão do *Self* conjunta, na medida em que os membros do casal se ajudam a “esculpir” mutuamente no *Self* ideal de cada um, beneficiando ambos (Burriss et al., 2013). Desta forma, o sujeito reorganiza o *Self* (Aron et al., 2013; Mattingly et al., 2019) ao integrar as competências e identidades do parceiro no mesmo (Aron, Mashek et al., 2004) e experienciá-las como algo próprio (Branand et al., 2019), adotando uma perspectiva de “nós” (Agnew et al., 1998; Pietras & Briken, 2021) à medida que se torna mais comprometido com a relação (Agnew et al., 1998). Assim, a construção cognitiva do Outro funde-se (Mattingly et al., 2019) com a construção cognitiva do *Self* (Aron et al., 1991), na medida em que o Outro informa quem o sujeito é, fornece novas ferramentas e molda a sua visão do mundo (Branand et al., 2019), diversificando o respetivo *Self* (Aron et al., 1995; Mattingly et al., 2014; McIntyre et al., 2015).

As implicações desta teoria foram testadas numa ampla variedade de contextos de relacionamentos (Xu et al., 2019), sendo que: (a) quase todo o tipo de relacionamento proporciona algum grau de expansão (Aron & Lewandowski, 2002); (b) quando dois sujeitos se apaixonam, há uma rápida e intensa expansão do *Self* (Aron et al., 1995;

Graham & Harf, 2015; Hughes et al., 2019) associada a sentimentos de grande prazer e excitação (Tsapelas et al., 2020); (c) quando o desenvolvimento de um relacionamento é provável, sujeitos (em particular, homens) tendem a sentir-se mais atraídos por parceiros com mais diferenças percebidas (i.e., que oferecem maior potencial de expansão; Aron & Aron, 1997; Aron et al., 2013; Aron et al., 1998; Aron et al., 2000; Aron et al., 2006; Lewandowski & R. A. Ackerman, 2006; Xu et al., 2019; e.g., pessoas cujo nome indique uma etnia diferente da sua; Wright et al., 2004), nomeadamente quando o desejo de expansão é elevado (Mattingly et al., 2012); (d) prevê melhorias no bem-estar do sujeito (e.g., aumento da autoestima e autoeficácia; Aron et al., 1995; Mattingly & Lewandowski, 2013a; McIntyre et al., 2015) e dos seus relacionamentos (e.g., compromisso; Aron et al., 2013; Mattingly et al., 2019). Estas descobertas foram replicadas transculturalmente (e.g., Xu et al., 2011), com pessoas ainda apaixonadas por alguém que as rejeitou (Fisher et al., 2010), com sujeitos casados há mais de 20 anos e ainda apaixonados (Acevedo et al., 2012), e independentemente de género e orientação sexual (Zeki & Romaya, 2010).

Compreender a expansão do *Self* fora do contexto do relacionamento amoroso é igualmente importante (Xu et al., 2010), pois muitos casais passam pelo menos parte do seu dia separados (Xu et al., 2019). Durante esse tempo, cada sujeito tem a oportunidade de experienciar expansão do *Self* (Mattingly & Lewandowski, 2013a) de múltiplas formas (e.g., fazer amizades, viajar em trabalho para uma nova cidade, fazer uma aula no ginásio, desenvolver um projeto desafiador e interessante em contexto profissional; Xu et al., 2010). Quando essas atividades são especialmente entusiasmantes, novas e interessantes, a expansão do *Self* individual pode não apenas fortalecer outros relacionamentos do sujeito e oferecer fontes adicionais de satisfação e significado de vida, mas também oferecer ao casal novos domínios de expansão do *Self* (Gordon & Baucom, 2009), através da partilha dessas experiências (Aron, Norman et al., 2001; Reissman et al., 1993; e.g., apresentar novas pessoas, introduzir novos contextos; Slotter & Gardner, 2009, 2012b).

Note-se, contudo, que a expansão individual do *Self* pode ter efeitos negativos na qualidade do relacionamento, na medida em que representa uma potencial ameaça à interdependência (Gable & Reis, 2010; Murray et al., 2009; Tesser et al., 1988). Todavia, o apoio face à expansão do Outro contribui para a satisfação com o relacionamento (Fivecoat et al., 2014) e, quando os parceiros estão altamente incluídos no *Self* (Aron et al., 1991; Branand et al., 2019; Tsapelas, 2020), podem obter os benefícios da expansão do Outro (Aron et al., 1992; Saxbe et al., 2019; Sheets, 2014), o que facilita a manutenção da relação (Gordon & Baucom, 2009; Gordon & Luo, 2011) e promove a incorporação

dos sucessos do parceiro como parte de si (Xu et al., 2019). Os sujeitos podem sentir positivamente as conquistas dos seus parceiros e comemorar os seus sucessos sem sofrer diminuições na sua autoestima (Gable & Reis, 2010; Gardner et al., 2002). No fundo, sem sentirem o sucesso do Outro como um ataque ao narcisismo do próprio. Por outro lado, esses sentimentos podem motivar o sujeito a esforçar-se mais nas suas próprias tarefas futuras (Mattingly & Lewandowski, 2013a, 2013b) e a sentir-se mais confiante na sua capacidade de sucesso no respetivo enfrentamento (Mattingly & Lewandowski, 2013b).

### **Satisfação com o Relacionamento Amoroso e Expansão do *Self***

A satisfação com o relacionamento amoroso pode definir-se como a avaliação subjetiva que o sujeito faz da sua relação (Miranda & Ávila, 2008), associada à experiência de afetos positivos com o parceiro (Coulter & Malouff, 2013; Raposo et al., 2020), e que se vai modificando ao longo do tempo (Fernández, 2018). Este é um constructo multidimensional (Narciso & Ribeiro, 2009; Trudel, 2011) e que deve ser analisado em conjunto com outros fatores que o influenciam (Andrade et al., 2009; Bradbury et al., 2000), nomeadamente a qualidade (Borges, 2011), o bem-estar (Diener & Seligman, 2002; Gable & Poore, 2008) e a felicidade do relacionamento (Narciso, 1994/1995). Note-se que é um importante preditor de saúde (Stanton et al., 2020) a curto e a longo-prazo (Holt-Lunstad et al., 2010; Kiecolt-Glaser & Newton, 2001; Robles et al., 2014; Slatcher & Selcuk, 2017).

Manter um relacionamento satisfatório vai além da gestão de conflitos e redução dos afetos negativos, sendo necessário o envolvimento em comportamentos de manutenção (Busby et al., 1995; Fowers & Olson, 1993) que aumentem os afetos positivos (e.g., Caughlin & Huston, 2006; Fincham & Beach, 2010b; Gordon & Baucom, 2009) e promovam o lazer (Ogolsky et al., 2017). O esforço (Shafer et al., 2014), a criatividade (Campbell & Kaufman, 2017; Roberson et al., 2018; Strong & Aron, 2006), a proximidade (Frost et al., 2017), um alto desejo sexual (Brezsnyak & Whisman, 2004; Regan, 2000; A. Smith et al., 2011) e o envolvimento em atividades de expansão do *Self* (Graham, 2008; Lewandowski & Aron, 2002) parecem promover a satisfação no relacionamento. Pelo contrário, baixo desejo sexual (Brezsnyak & Whisman, 2004; Muise et al., 2019; Parish & Hahn, 2016; Sarin et al., 2016), conflitos sexuais (Davies et al., 1999; Risch et al., 2003), sentir que não se é desejado pelo parceiro (Byers & Heinlein,

1989; Muise et al., 2016) e tédio relacional (Harasymchuk & Fehr, 2012, 2016; Tsapelas et al., 2009) estão associados a sentimentos de baixa satisfação com o relacionamento e a pensamentos mais frequentes sobre terminá-lo (Le et al., 2010; Tsapelas, 2020).

O envolvimento de forma plena e autêntica (Weinstein et al., 2016) em atividades de expansão do *Self* (Aron et al., 2000) num relacionamento está associado ao aumento da proximidade (e.g., Aron & Aron, 1996; Harasymchuk, Muise et al., 2020; Muise et al., 2019; Tomlinson & Aron, 2013), a sentimentos de amor apaixonado pelo parceiro (e.g., Aron et al., 2000; Carson et al., 2007; Muise et al., 2019; Reissman et al., 1993; Sheets et al., 2012), a comportamentos de comprometimento (Agnew et al., 1998; Fivecoat et al., 2014; Mattingly et al., 2014) e manutenção do relacionamento (e.g., Aron & Aron, 1996; Ledbetter, 2013; McIntyre et al., 2015), a crescimento pessoal (Bland & McQueen, 2018), a um vínculo forte e duradouro (Branand et al., 2019), ao envolvimento ativo com o ambiente (Stanton et al., 2020), à diminuição da atenção face a potenciais alternativas ao parceiro (Tsapelas et al., 2020) e ao aumento da satisfação com o relacionamento (e.g., Aron & Aron, 1986, 1996; Branand et al., 2019; Graham, 2008; Graham & Harf, 2015; Harasymchuk, Muise et al., 2020; Mattingly et al., 2014; Muise et al., 2019; Raposo et al., 2020). Quando os casais se envolvem numa atividade de expansão do *Self*, tendem a associar a expansão e os afetos positivos resultantes (Aron et al., 1991; Graham, 2008; Slatcher, 2010; Strong & Aron, 2006) ao parceiro (Aron, & Aron, 1986; Aron et al., 2000; Graham & Harf, 2015; Reissman et al., 1993).

De referir que a expansão conjunta (Mattingly & Lewandowski, 2014a) do *Self* prevê não apenas melhorias para o bem-estar do sujeito (Harasymchuk et al., 2017; Mattingly & Lewandowski, 2013a; McIntyre et al., 2015) e do relacionamento (e.g., Agnew et al., 2004; Aron et al., 2013; Coulter & Malouf, 2013; Graham, 2008; Graham & Harf, 2015; Mattingly et al., 2019; Muise et al., 2019), nomeadamente aumento da autoestima e autoeficácia (Aron et al., 1995; Mattingly & Lewandowski, 2013a; Roggero et al., 2012), do compromisso para com o relacionamento (Mattingly et al., 2019) e da atração e desejo pelo parceiro (Muise et al., 2019; Tsapelas et al., 2020), mas também longevidade (Le et al., 2010; McIntyre et al., 2015) e felicidade relacionais (Aron et al., 1992; Le et al., 2010; Slotter & Gardner, 2009). Destaca-se, assim, a importância da tensão saudável nos relacionamentos (Fowers, 2000), que desafia os sujeitos a saírem das suas zonas de conforto (e.g., medo de constrangimento, afastamento da segurança; Bacev-Giles, 2019), incentivando-os a entrar na experiência vivida do parceiro (Bland & McQueen, 2018).



Embora as oportunidades de expansão do *Self* sejam numerosas nos estágios iniciais do relacionamento (Gordon & Luo, 2011; Harasymchuk, Muise et al., 2020; Xu et al., 2019), tendem a diminuir com o aumento da sua duração (Aron & Aron, 1986; Sheets, 2014; Xu et al., 2019), podendo a relação tornar-se mais previsível (Tsapelas et al., 2020). Esse declínio na expansão do *Self* pode ser um fator-chave no decréscimo da satisfação com o relacionamento amoroso (e.g., Aron & Aron, 1986; Bradbury et al., 2000; Tsapelas et al., 2009), e encontra-se associado a mais pensamentos de infidelidade (na medida em que novas pessoas podem oferecer mais expansão do *Self*; Lewandowski & R. A. Ackerman, 2006; Tsapelas et al., 2020; VanderDrift et al., 2011) e tédio relacional (e.g., Aron & Aron, 1986; Aron et al., 2000; Graham & Harf, 2015; Harasymchuk, Peetz et al., 2020). Contudo, esses desafios de trajetórias longas de conjugalidade (Baumeister & Bratslavsky, 1999; Sheets, 2014) podem ser contornados (Aron & Aron, 1986; Feeney & Lemay, 2012; C. Walsh et al., 2017), revigorando a satisfação com a relação (Carson et al., 2007; Coulter & Malouff, 2013; Graham & Harf, 2015; Hughes et al., 2019; Mattingly et al., 2019; Muise et al., 2019) através do envolvimento conjunto em atividades (e.g., velejar ou esquiar, assistir a uma nova série, aprender um estilo de dança; Harasymchuk et al., 2021; Muise et al., 2019; Xu et al., 2019) que ampliem o *Self* e a perspectiva sobre o mundo (Aron & Aron, 1986, 1996; Aron et al., 2013; Mattingly & Lewandowski, 2014).

Tanto a evidência experimental em laboratório (Graham & Harf, 2015), como a de estudos de tarefas para casa (Coulter & Malouff, 2013), proveniente de intervenções transversais (Graham, 2008) e longitudinais (Reissman et al., 1993), suporta a noção de que atividades de expansão do *Self* aumentam a satisfação com o relacionamento amoroso (Xu et al., 2019). Por exemplo: (a) Aron et al. (2000) mostraram, num estudo com 35 casais, que mesmo novas atividades conjuntas muito breves (e.g., 5 minutos) aumentam a satisfação com o relacionamento; (b) os resultados do estudo conduzido por Knee et al. (2005) com 75 casais indicaram que casais que experienciam elevados níveis de expansão do *Self* referem maior comprometimento e satisfação com o relacionamento após um desentendimento com o parceiro; (c) O’Leary et al. (2012), num estudo com 396 participantes, demonstraram que sujeitos que reportam estar mais intensamente apaixonados envolvem-se em mais atividades de expansão; (d) Coulter e Malouff (2013), num estudo com 100 casais, verificaram que os sujeitos revelaram níveis significativamente mais elevados de entusiasmo e satisfação com o relacionamento após 4 meses da intervenção, sugerindo que atividades de expansão conjunta podem ter

impactos duradouros; (e) Lewandowski e Aron (2004) e Tomlinson et al. (2018), com amostras de 64 sujeitos e de 100 casais, respetivamente, constataram que atividades novas e agradáveis, mesmo que não sejam excitantes, podem ser benéficas para o relacionamento; (f) Cortes et al. (2020), com uma amostra de 360 sujeitos, indicaram que casais que se envolvem em atividades de expansão reportam elevados níveis de sentimentos de segurança e de crescimento, bem como um aumento da satisfação com o relacionamento; (g) Raposo et al. (2020), num estudo com 185 sujeitos, mostraram que a expansão conjunta do *Self* está associada a maior satisfação do casal com o relacionamento e a maior desejo sexual para mulheres que enfrentam baixo desejo.

### **Expansão do *Self* e Desenvolvimento Profissional de Psicoterapeutas**

Embora grande parte da investigação se tenha concentrado nos relacionamentos amorosos, estudos recentes sugerem que a expansão do *Self* pode ser experienciada no contexto de trabalho (e.g., Dansereau et al., 2013; Jurek & Besta, 2021; McIntyre et al., 2014). Bons empregos devem oferecer a oportunidade de encontrar novas e desafiadoras tarefas e experiências, um sentido de comunidade e o potencial de crescimento (Jurek & Besta, 2021). C. E. Gray et al. (2020) argumentam que estas características descrevem a expansão do *Self* no local de trabalho, na medida em que contribuem para a representação positiva do *Self*.

A parca investigação realizada neste contexto sugere que: (a) a perda de um trabalho que permita a expansão do *Self* prediz resultados negativos, como a diminuição da autoestima (McIntyre et al., 2014); (b) sujeitos cujas tarefas de trabalho sejam interessantes e desafiadoras (*versus* repetitivas e mundanas) experienciam um maior nível de expansão do *Self* (Mattingly & Lewandowski, 2013b); (c) trabalhos que envolvam oportunidades de desenvolvimento, bom relacionamento com colegas e recompensas satisfatórias são identificados como promotores de expansão do *Self* (Jurek & Besta, 2021); (d) trabalhos aborrecidos podem ser mais agradáveis quando combinados com tarefas de expansão (Hughes et al., 2017); (e) a expansão no local de trabalho está negativamente associada à intenção de rotatividade (Mattingly et al., 2019) e à exaustão emocional, bem como positivamente ligada à realização pessoal (C. E. Gray et al., 2019).

Concluimos, portanto, que a expansão do *Self* através do trabalho conduz a diversos resultados positivos (C. E. Gray et al., 2020), como vontade de se envolver em

ações coletivas (Besta et al. 2018), satisfação (C. E. Gray et al., 2019; McIntyre et al., 2014), aumento do bem-estar (Fragher et al., 2005), do compromisso para com o trabalho (Xu et al., 2019), e do envolvimento (Bakker et al., 2008), bem como à diminuição dos comportamentos de afastamento (Arnold & Feldman, 1982; Hollenbeck & Williams, 1986) e do *burnout* (Maslach, 1998; Maslach & Jackson, 1981). Assim, num contexto seguro (Wright et al. 2002), os sujeitos podem expandir o seu *Self* em função dos recursos de que dispõem (Bakker et al., 2003), das pessoas que os rodeiam e das atividades em que estão envolvidos (Jurek & Besta, 2021). Por outro lado, quando o trabalho não promove a expansão do *Self*, o sujeito pode experienciar sentimentos de tédio (McIntyre et al., 2014; Kass et al., 2001), que consequentemente resultem no abandono do cargo (Bedeian et al., 1991).

No âmbito da psicoterapia, parece existir o consenso de que a relação terapêutica promove a mudança, não só do cliente, mas também do psicoterapeuta. Yalom (1989, p. 13) refere que, enquanto terapeuta, “entra-se na vida do paciente e é-se afetado e, por vezes, modificado pelo encontro”. Em concordância, Coimbra de Matos (2016) postula que, se após um processo terapêutico o psicoterapeuta permanece igual, então algo falhou. Por sua vez, Rogers (1957) refere haver, também relativamente ao processo psicoterapêutico, “(...) um verdadeiro encontro experiencial de pessoas, no qual cada um[a] (...) é transformad[a]”. Este é um processo que resulta de um encontro entre duas intersubjetividades, num espaço cocriado por ambas (Biscaia & Figueiredo, 2019). Nesse espaço, o funcionamento mental do terapeuta está presente e não é invariante (Ferro & Basile, 2009), encontrando-se continuamente em transformação (Biscaia & Figueiredo, 2019). Tendo em conta a definição de expansão do *Self* adotada, parece-nos que as experiências descritas pelos vários autores no que concerne ao trabalho psicoterapêutico podem constituir formas de expansão do *Self*.

Nos últimos anos, o estudo do *Self* do terapeuta tem adquirido especial destaque (Reupert 2006), pois parece ser o principal instrumento na terapia (Wampold, 2007). Tornar-se psicoterapeuta é um processo extenso (Bilican & Soygüt, 2015; Skovholt & Jennings, 2004), senão mesmo vitalício (Orlinsky, Rønnestad, et al., 1999; Kumaria et al., 2018), de expansão, refinamento e sustentação de conhecimento e qualidades para um funcionamento competente (Elman et al., 2005). A curiosidade e a abertura à experiência do Outro são os impulsionadores de um processo de desenvolvimento refletido (de Carvalho & Matos, 2011). Quando o psicoterapeuta não entra num ciclo de estagnação (i.e., permanência no igual e na repetição; Faleiros, 2004), muda profissional e

pessoalmente (Rønnestad et al., 2018), em especial na forma como se vê a si, aos outros e ao mundo (Biscaia & Figueiredo, 2019). Daqui se deduz que o terapeuta nunca é um produto final (Faleiros, 2004), mas um Ser em permanente construção, crescimento, desenvolvimento (viz., profissional), e expansão (do *Self*).

Supervisão (e.g., Bholá et al., 2017; Burke et al. 1999; Watkins 1997; Whitman & Jacobs, 1998), terapia pessoal (e.g., Daw & Joseph 2007; Norcross 2005; Norcross et al., 1988; Rønnestad et al., 2016; Wiseman & Shefler 2001), formação teórica (Bennett-Levy 2006; Fortune et al., 2001), experiência com clientes (e.g., Messina et al., 2018; Morrow-Bradley & Elliott, 1986; Orlinsky & Rønnestad, 2005; Kottler & Hunter, 2010), assim como características (Heinonen & Orlinsky 2013; Messer & Gurman, 2011) e experiências pessoais (Bennett-Levy, 2019; Biscaia & Figueiredo, 2019; Wampold et al., 2017), estão entre os fatores que mais contribuem para o crescimento e desenvolvimento profissional de terapeutas (Pope & Tabachnick, 1994; Rizq & Target, 2008; Wiseman & Shefler, 2001), em particular nas fases iniciais do seu desenvolvimento (e.g., Carlsson & Schubert, 2009; Duggal & Rao, 2016; Grant & Schofield 2007; Rachelson & Clance, 1980). Destaca-se, contudo, a influência negativa de certas condições institucionais no local de trabalho (Orlinsky, Ambühl, et al., 1999; e.g., elevada carga laboral que comprometa os momentos de reflexão; Norcross & Guy, 2007; Rønnestad & Skovholt, 2001) e da supervisão, quando esta é mais destrutiva (L. A. Gray et al., 2001; Ladany et al., 1996; Nelson & Friedlander, 2001; Orlinsky et al., 2005; Ramos-Sánchez et al., 2002; Strømme, 2012) do que construtiva (Messina et al., 2018; Skovholt & Rønnestad, 1995).

Rønnestad e Skovholt (2003, 2013) conceptualizaram o desenvolvimento profissional dos terapeutas em seis fases (inicialmente oito; Rønnestad & Skovholt, 1992a, 1992b), nomeadamente: (a) *ajuda leiga*, onde se entende a escolha da profissão como uma expressão do *Self*, particularmente das suas competências e motivações (Skovholt & Rønnestad, 1995); (b) *estudante iniciante*, onde começam os desafios da prática, destacando-se o papel dos supervisores e colegas (Rønnestad et al., 2018); (c) *estudante avançado*, onde ocorre uma progressiva diferenciação dessas figuras-modelo, dando espaço à reflexão e tomada de decisões que confluem no começo da individuação (Carlsson, 2012); (d) *profissional novato*, demarcada pela adoção de uma abordagem terapêutica pessoal (Rihacek et al., 2012); (e) *profissional experiente*, cujo trabalho providencia um bom equilíbrio entre segurança e desafio (Sullivan et al., 2004); (f) *profissional sénior*, cujo *Self* profissional é expresso através de um sentido de coerência e genuinidade na relação com o cliente (Rønnestad et al., 2018).

Estas fases são marcadas por diferentes desafios (Rønnestad & Skovholt, 2003; Kumaria et al., 2018), sendo que, nas mesmas, o psicoterapeuta vai (re)definindo, de forma cada vez mais autónoma, o seu papel (Biscaia & Figueiredo, 2019). O processo de desenvolvimento parece levar a um sentimento de menor ansiedade na interação com o cliente, resultado provável da cristalização de uma identidade profissional (Friedman & Kaslow, 1986; VanZandt, 1990) mais congruente com o seu *Self* pessoal (Heinonen & Nissen-Lie, 2020), permitindo-lhe “ser espontâneo e vivo no trabalho de psicoterapia” (Ecklar-Hart, 1987, p. 684; Kolden et al., 2018; Skovholt & Rønnestad, 1995). Destarte, o desenvolvimento do psicoterapeuta, mais do que o domínio da técnica, tem que ver com o “tornar-se progressivamente mais humano” (Skovholt et al., 2004, p. 140).

### **Satisfação com o Relacionamento Amoroso e Desenvolvimento Profissional de Psicoterapeutas**

A satisfação com o trabalho está positivamente relacionada com a satisfação no relacionamento amoroso, e essa associação é especialmente marcada quando há uma maior integração dos papéis familiar e laboral (Ilies et al., 2009). Manter um trabalho que seja satisfatório é importante, pois experiências profissionais negativas podem “transbordar” para o relacionamento (Carlson et al., 2019), comprometendo a satisfação com o mesmo (Neff & Karney, 2004). A investigação desenvolvida por Buck e Neff (2012) comprovou esta associação, revelando que em dias em que um dos membros do casal tivesse experienciado mais *stress* no trabalho, era menos propenso a ver o relacionamento de modo positivo e mais tendente a envolver-se em comportamentos negativos face ao parceiro. Estas implicações negativas podem ser contornadas se o casal tiver um trabalho que promova o envolvimento em tarefas de expansão do *Self*, visto que a expansão do *Self* se encontra associada à satisfação com o trabalho (Jurek & Besta, 2021) e, por sua vez, a satisfação com o trabalho parece promover comportamentos de manutenção do relacionamento (Xu et al., 2019).

Ainda que, do nosso conhecimento, não existam estudos que demonstrem a associação entre o desenvolvimento profissional de terapeutas e a satisfação com o relacionamento amoroso, parece-nos que a relação pode ser justificada teoricamente. As experiências interpessoais no domínio da vida pessoal surgem como uma das fontes de influência mais significativas para o desenvolvimento profissional de psicoterapeutas

(Rønnestad & Skovholt, 2001, 2003). Neste âmbito, Spiegel (1956) encara as relações familiares como “unidades de treino” (p. 171) e postula que “o casamento de um terapeuta deve começar onde a sua análise pessoal termina” (p. 171), visto crer que os problemas conjugais do terapeuta devem receber especial atenção, dado representarem oportunidades para experiências de crescimento. Para além disso, diversos autores (e.g., Bholá et al., 2012; Nissen-Lie, Havik, et al., 2013; Orlinsky et al., 2019) afirmam que os mundos pessoal e profissional dos terapeutas não têm fronteiras rígidas, sendo que as suas experiências pessoais podem permear o trabalho psicoterapêutico e vice-versa. Estes resultados são particularmente interessantes, pois enfatizam a importância das relações interpessoais e da vida pessoal no desenvolvimento do psicoterapeuta (Biscaia & Figueiredo, 2019), levando-nos a sugerir que, então, a satisfação com o relacionamento amoroso pode exercer influência no desenvolvimento profissional de terapeutas. Por outro lado, sabemos que, através do seu desenvolvimento profissional, os terapeutas mudam no domínio pessoal (e.g., forma como se veem a si, aos outros e ao mundo; Biscaia & Figueiredo, 2019). Posto isto, e sendo que as relações amorosas se podem incluir no domínio da vida pessoal, hipotetizamos que a satisfação com as mesmas também seja influenciada pelo desenvolvimento profissional de terapeutas.

## **Objetivos do Estudo**

As relações amorosas têm sido alvo de diversos estudos, em particular centrados na satisfação com as mesmas (e.g., Frost et al., 2017; Roberson et al., 2018; Shafer et al., 2014), por esta ser considerada um importante preditor de saúde e bem-estar (Harasymchuk et al., 2017; Mattingly & Lewandowski, 2013a; McIntyre et al., 2015). Relações interpessoais satisfatórias e ricas do ponto de vista emocional (Rønnestad & Skovholt, 2001, 2003), onde se podem incluir os relacionamentos amorosos (Mesquita, 2020), afiguram-se como um fator importante no desenvolvimento profissional de psicoterapeutas (Biscaia & Figueiredo, 2019). Dado o contributo da satisfação com o relacionamento amoroso para o desenvolvimento profissional de psicoterapeutas não se encontrar ainda documentado, importa fazê-lo, bem como estudar variáveis que possam mediar tal relação. Estudos recentes têm sublinhado a importância da expansão do *Self* através do trabalho (e.g., C. E. Gray et al., 2020; Jurek & Besta, 2021; McIntyre et al.,

2014), e diversos autores referem sentir mudanças em si (equiparáveis à expansão do *Self*) aquando do trabalho psicoterapêutico (de Matos, 2016; Rogers, 1957; Yalom, 1989).

O objetivo da presente investigação consiste em estudar o efeito da satisfação com o relacionamento amoroso no desenvolvimento profissional de terapeutas psicodinâmicos, bem como o efeito de mediação da expansão do *Self* na relação entre ambas as variáveis. Por forma a estudar a relação entre variáveis, será testado um modelo de mediação, introduzindo-se como mediadora a expansão do *Self*. Tendo por base a revisão da literatura (e.g., Buck & Neff, 2012; Carlson et al., 2019), espera-se obter uma relação positiva entre a satisfação do relacionamento amoroso e o desenvolvimento profissional de psicoterapeutas, e que níveis elevados de expansão do *Self* mediem tal relação.

## Método

### Participantes

A amostra que serve de base ao presente estudo é composta por 105 psicoterapeutas psicodinâmicos (viz., 72 mulheres e 33 homens) de nacionalidade portuguesa, com idades compreendidas entre os 25 e os 66 anos ( $M = 47.16$ ,  $SD = 9.47$ ,  $Mdn = 47$ ). A predominância do sexo feminino (68.6%) espelha o manifesto *gender imbalance* verificado na comunidade de psicoterapeutas (Brown, 2017), evidenciado também em estudos anteriores (e.g., Carlsson et al., 2011). Na Tabela 1, caracteriza-se a amostra em termos sociodemográficos e no que respeita à duração do relacionamento amoroso atual.

**Tabela 1**

*Características Sociodemográficas dos Participantes*

Característica	<i>n</i>	%	<i>M</i>	<i>SD</i>
Sexo				
Feminino	71	67.6		

Característica	<i>n</i>	%	<i>M</i>	<i>SD</i>
Masculino	34	32.4		
Idade			47.16	9.47
Estado civil				
Solteiro	26	24.8		
Casado	63	60.0		
Separado/Divorciado	16	15.2		
Viúvo	0	0.0		
Escolaridade				
Licenciatura (Pré-Bolonha)	41	39.0		
Mestrado	49	46.7		
Doutoramento	15	14.3		
Condição perante o trabalho				
Empregado	104	99.04		
Desempregado	1	.96		
Profissão				
Psicólogo	94	89.5		
Psiquiatra	6	5.7		
Outra	5	4.8		
Duração da atual relação amorosa			14.16	10.41

*Nota.* *N* = 105.

## **Instrumentos**

*Ficha de Dados Sociodemográficos.* Conjunto de questões que permitiram obter informações de carácter sociodemográfico, nomeadamente: sexo, idade, estado civil, escolaridade, condição perante o trabalho, profissão e duração da atual relação amorosa.

*The Investment Model Scale – Shorter Version (IMS-S;* Rodrigues & Lopes, 2013). Instrumento composto por 13 itens, consagrando uma forma abreviada da versão original de 22 itens desenvolvida pelos mesmos autores, que avalia o desenvolvimento e



manutenção de relacionamentos amorosos, bem como o compromisso para com os mesmos, através de quatro subescalas, nomeadamente: satisfação na relação, qualidade das alternativas, investimento e compromisso. Relativamente à subescala satisfação na relação (itens 1, 3 e 4), damos como exemplo o item: “Sinto-me satisfeito com o meu relacionamento”. No que concerne à subescala qualidade das alternativas (itens 6, 9 e 10), referimos como exemplificativo o item: “Outras pessoas com quem poderia envolver-me (que não o meu parceiro) são muito apelativas”. Por sua vez, quanto à subescala investimento (itens 11, 12 e 13), serve de exemplo o item: “Eu investi tanto no meu relacionamento que acabaria por perder tudo se o relacionamento terminasse”. Por último, quanto à subescala compromisso (itens 16, 17, 21 e 22), destaca-se como exemplificativo o item: “Desejo que o meu relacionamento dure para sempre”. Os itens são respondidos numa escala de Likert de 7 pontos, em que 1 corresponde a “Discordo completamente” e 7 a “Concordo completamente”. Por forma a calcular a pontuação da escala, devem inverter-se os itens relativos à subescala de qualidade das alternativas. Os *scores* totais de cada uma das subescalas são obtidos através da soma dos valores dos respetivos itens e variam entre 3 e 21, à exceção da subescala de compromisso, cujas pontuações variam entre 4 e 28. A pontuação total da escala varia entre 13 e 91 e resulta da soma da cotação das quatro subescalas. Valores mais elevados indicam uma maior satisfação, investimento e compromisso com o relacionamento, bem como menor interesse face a parceiros alternativos. Estudos iniciais do instrumento na sua forma original, conduzidos por Rusbult et al. (1998), revelaram uma fiabilidade aceitável a excelente, em concordância com o critério de consistência interna de  $\alpha$  de Cronbach (Hair et al., 2019), obtendo-se valores de  $\alpha$  entre .64 (subescala de qualidade de alternativas) e .95 (subescala de compromisso) numa amostra de estudantes universitários. A adaptação para a população portuguesa foi realizada por Rodrigues e Lopes (2013), obtendo-se os seguintes coeficientes  $\alpha$  numa amostra da comunidade: .91 para a subescala de satisfação na relação, .85 para a subescala de qualidade de alternativas, .82 para a subescala de investimento e .88 para a subescala de compromisso. Na presente investigação, utilizámos apenas a pontuação da subescala de satisfação na relação, obtendo um  $\alpha$  de .94.

*Self-Expansion Preference Scale* (SEPS; Hughes et al., 2019). Escala constituída por 24 itens, que avalia o desejo de envolvimento em atividades e experiências que promovam a expansão da identidade e competências, através de duas subescalas que estão inversamente relacionadas, nomeadamente: expansão do *Self* e conservação do *Self*. No

que concerne à subescala expansão do *Self* (itens 1 a 12), podemos referir como exemplo o item: “Eu tenho prazer em fazer coisas novas”. Por seu turno, um exemplo de item da subescala conservação do *Self* (itens 13 a 24) pode ser: “Sinto-me mais confortável ao manter as coisas como são”. Os itens são respondidos através de uma escala de Likert de 7 pontos, em que 1 corresponde a “Discordo totalmente” e 7 a “Concordo completamente”. Por forma a calcular a pontuação da escala, devem inverter-se os itens relativos à subescala de conservação. Posteriormente, somam-se os valores de todos os itens. O *score* total da escala varia entre 24 e 168, sendo que valores mais elevados indicam uma maior preferência por expansão do *Self*, ao passo que pontuações mais baixas assinalam uma propensão para a conservação do *Self*. Estudos iniciais do instrumento, efetuados por Hughes et al. (2019), revelaram uma fiabilidade excelente, de acordo com o critério de consistência interna de  $\alpha$  de Cronbach (Hair et al., 2019), obtendo-se os seguintes valores de  $\alpha$  numa amostra da comunidade: .94 para a escala total, .95 para a subescala de expansão do *Self* e .90 para a subescala de conservação do *Self*. A versão portuguesa da escala utilizada neste estudo foi cedida por Isabel Mesquita. Na presente investigação, utilizou-se apenas a pontuação da escala total, para a qual se obteve um  $\alpha$  de .84.

*Development of Psychotherapists Common Core Questionnaire* (DPCCQ; Orlinsky et al., 1999). Questionário composto por 370 itens, que avalia diversos aspetos da formação, funcionamento e experiência do terapeuta, através de nove subescalas relativas ao treino profissional, à experiência profissional, ao desenvolvimento global como terapeuta, à terapia pessoal, à orientação teórica, ao desenvolvimento atual, à prática terapêutica atual, ao trabalho terapêutico atual e à sua pessoa. No presente estudo, foi somente utilizada a subescala de desenvolvimento global como terapeuta (itens 3-1 a 3-51). Como exemplo de item da subescala, podemos mencionar: “Desde que começou a sua prática como terapeuta, até que ponto se modificou, na globalidade, como terapeuta?”. Os itens são respondidos numa escala tipo Likert de 6 pontos, em que 0 corresponde a “Nada” e 5 a “Muito”. A versão portuguesa da escala utilizada neste estudo, traduzida em 1999 no âmbito de um projeto internacional da *Collaborative Research Network of the Society for Psychotherapy Research*, foi cedida por António Branco Vasco. De acordo com Branco Vasco, em comunicação pessoal (2022), o questionário não tem normas de cotação. Sendo a cotação do questionário livre, somámos, em separado, os valores dos itens 3-5 a 3-16 (que mensuram o desenvolvimento profissional no início da carreira e

cujas pontuações variam entre 0 e 60) e os dos itens 3-23 a 3-37 (que mensuram o desenvolvimento profissional no presente e cujas pontuações variam entre 0 e 75). Posteriormente, subtraímos o valor do somatório dos itens 3-23 a 3-37 pelo valor resultante da soma dos itens 3-5 a 3-16, obtendo um valor total que pode variar entre -60 e 75. Pontuações mais elevadas indicam um maior desenvolvimento profissional até ao momento de resposta ao questionário. Estudos iniciais do instrumento, conduzidos por Orlinsky et al. (1999), revelaram uma fiabilidade aceitável a excelente, em consonância com o critério de consistência interna de  $\alpha$  de Cronbach (Hair et al., 2019), obtendo-se valores de  $\alpha$  de .80 para a escala total numa amostra de terapeutas. Na presente investigação, obtivemos um  $\alpha$  de .91 para a subescala de desenvolvimento global como terapeuta.

## **Procedimento**

As peças bibliográficas referidas ao longo da Dissertação foram obtidas com recurso à plataforma *B-On*, acedida de modo remoto a partir da rede interna da Universidade de Évora. Esta pesquisa teve início a 2 de setembro de 2021 e término a 1 de setembro de 2022. Como palavras-chave foram utilizadas as seguintes, em língua portuguesa e inglesa: expansão do *Self*; relacionamento amoroso; psicoterapeutas; desenvolvimento profissional. Os artigos selecionados para a realização do presente estudo passaram por dois processos: critérios de inclusão e critérios de exclusão. Enquanto critérios de inclusão foram utilizados os seguintes parâmetros: (1) artigos publicados em revistas académicas; (2) artigos revistos por pares. Quanto aos critérios de exclusão, foram utilizados como parâmetros: (1) artigos que se apresentassem em línguas que não a portuguesa, a inglesa e a espanhola; (2) artigos que não correspondessem ao tema pretendido, o que foi aferido em função da triangulação de título, resumo e palavras-chave dos artigos, no sentido de priorizar aqueles que abordassem o tema em estudo.

O projeto de investigação no qual se insere o presente estudo foi previamente aprovado pela Comissão de Ética da Universidade de Évora (GD/39279/2021). Os protocolos de investigação utilizados foram compostos por uma Ficha de Dados Sociodemográficos seguida de um conjunto de três inventários. Utilizou-se uma amostragem não-probabilística, de tipo não-intencional, por conveniência (Garson, 2012) e voluntária, respeitando os seguintes critérios de inclusão: (a) ser formado ou formando

numa Sociedade/Associação de Psicanálise e/ou Psicoterapia Psicanalítica/Psicodinâmica; (b) manter atualmente um relacionamento amoroso; (c) ter nacionalidade portuguesa. Recolheram-se os dados através da plataforma *online Google Forms*, disseminando o *link* de acesso ao protocolo através de uma *mailing list* constituída pelos *e-mails* dos formandos/formados das Associações/Sociedades em apreço, bem como dos *e-mails* das próprias entidades. Consideraram-se todos os cuidados ético-deontológicos necessários ao procedimento (APA, n.d.), explicitando os objetivos do estudo e assegurando a sua confidencialidade através do consentimento informado. A recolha ocorreu entre 8 de fevereiro e 10 de agosto de 2022.

### **Análise de Dados**

O presente estudo é de carácter quantitativo (Lund, 2005), correlacional e transversal (Lamiell, 1995). Com o auxílio do *software G\*Power (Version 3.1.9.6 para MacOS; Faul et al., 2007)*, foi calculado, *a priori*, o *N* mínimo necessário da amostra. Com uma magnitude de efeito moderada ( $f = .15$ ; Cohen, 1988), uma *p* de erro sugestiva de significância estatística de .05 e um poder estatístico (*P*) de .90, o *N* mínimo deveria ser de 99 participantes. Este resultado aponta no sentido de que o tamanho da nossa amostra ( $N = 105$ ) é suficiente para evitar o erro do tipo II. Recorremos ao *software IBM SPSS Statistics (Version 27 para MacOS)* para a análise descritiva e ao *software IBM SPSS Amos (Version 27 para Windows)* para a testagem do modelo de mediação, avaliando a significância dos coeficientes de regressão após a estimação dos parâmetros pelo método da máxima verosimilhança. Todos os valores omissos foram substituídos pela média estimada da variável, dado tratar-se de variáveis contínuas (Cuesta et al., 2013). Para além disso, assegurou-se o cumprimento dos pressupostos gerais da *path analysis* por modelação de equações estruturais (Marôco, 2021). Verificámos, ainda, os pressupostos de normalidade e de homocedasticidade necessários a todas as análises. Rejeitados ambos os pressupostos, recorremos a testes não-paramétricos.

Como análise preliminar, calculámos as médias, desvios-padrão e correlações entre as variáveis em estudo, bem como entre potenciais covariáveis (viz., sexo, idade, estado civil, escolaridade, condição perante o trabalho, profissão, duração do relacionamento amoroso atual) e o desenvolvimento profissional. Compararam-se grupos definidos com base em intervalos de duração da atual relação amorosa conforme Kunst

(2019; Tabela 2) quanto às variáveis em estudo, mediante ANOVA (teste paramétrico) ou teste de Kruskal-Wallis (teste não-paramétrico). Para além disso, sabendo que certas Associações/Sociedades de Psicoterapia Psicodinâmica seguem um modelo clássico e outras um modelo contemporâneo (Eagle, 2011; Tabela 3), avaliámos a significância das diferenças entre *scores* médios obtidos pelos grupos definidos com base nesse critério quanto às variáveis em estudo, com o teste *t*-Student para amostras independentes (paramétrico) e com o teste de Wilcoxon-Mann-Whitney (não-paramétrico). O recurso a testes não-paramétricos deve-se a situações em que, apesar da recomendação de testes paramétricos, não se verificam os pressupostos de normalidade e/ou homocedasticidade, bem como em situações em que as variáveis em estudo são ordinais (J. E. Walsh, 1962). Contudo, os testes não-paramétricos são menos potentes que os correspondentes testes paramétricos (i.e., há maior probabilidade de cometer erro de tipo II; Marôco, 2018), pelo que apresentaremos os resultados de ambos no que concerne à primeira situação. Note-se que, nos testes paramétricos, são testadas médias da variável em estudo, enquanto nos testes não-paramétricos são testadas distribuições de valores dessa variável (J. E. Walsh, 1962).

Por último, com vista a aferir se níveis altos de expansão do *Self* mediavam a relação entre satisfação com o relacionamento amoroso e desenvolvimento profissional, testou-se o modelo através de *path analysis* por modelação de equações estruturais. A significância dos efeitos diretos, indiretos e totais foi avaliada com reamostragem *Bootstrapping* com 1.000 iterações, por forma a construir intervalos de confiança corrigidos a 95% e testar os níveis de significância dos parâmetros estimados (Yung & Bentler, 1996), dado a amostra não seguir uma distribuição normal.

## **Tabela 2**

### *Frequências dos Grupos Definidos com Base na Duração da Atual Relação Amorosa*

Duração	<i>n</i>	%
< 3 meses	0	0.00
3 - 6 meses	2	1.90
6 - 12 meses	2	1.90
1 - 2 anos	7	6.70
2 - 5 anos	17	16.2
5 - 10 anos	17	16.2
> 10 anos	60	57.1

**Tabela 3***Frequências dos Grupos Definidos com Base na Associação/Sociedade de Formação*

Tipo de Associação/Sociedade	<i>n</i>	%
<i>Clássica</i> (Núcleo Português de Psicanálise, Sociedade Portuguesa de Grupanálise e Psicoterapia Analítica de Grupo, Sociedade Portuguesa de Psicanálise, Sociedade Portuguesa de Psicologia Clínica, Sociedade Portuguesa de Psicoterapias Breves)	42	40.0
<i>Contemporânea</i> (Associação de Psicanálise Relacional, Associação Portuguesa de Psicanálise e Psicoterapia Psicanalítica, Associação Portuguesa de Psicoterapia Psicanalítica, Associação Portuguesa de Psicoterapia Psicanalítica de Casal e Família, Sociedade Portuguesa de Psicodrama Psicanalítico de Grupo, Sociedade Portuguesa de Psicossomática)	63	60.0

## Resultados

### Análise Preliminar

O teste Kolmogorov-Smirnov de normalidade das variáveis sob estudo indicou a não observação do pressuposto relativamente à variável satisfação com o relacionamento amoroso [ $Z_{K-S}(N = 105) = .194, p < .001$ ] e a respetiva observação quanto às variáveis expansão do *Self* [ $Z_{K-S}(N = 105) = .063, p = .200$ ] e desenvolvimento profissional [ $Z_{K-S}(N = 105) = .078, p = .105$ ]. Contudo, a ANOVA é robusta a violações suaves deste pressuposto, pelo que não foi necessário recorrer a transformações matemáticas corretivas (Marôco, 2018).

O teste de Levene (i.e., homocedasticidade de variâncias) baseado na mediana (Marôco, 2018) indicou a observação do pressuposto relativamente às variáveis expansão do *Self* [ $F(1, 103) = 1.80, p = .183$ ] e desenvolvimento profissional [ $F(1, 103) = 2.77, p = .099$ ], já que os *p-values* calculados foram superiores a  $\alpha = .05$ , mas não quanto à variável satisfação com o relacionamento amoroso [ $F(1, 103) = 8.95, p = .003$ ]. Ainda

assim, considerou-se que o teste *t*-Student é robusto à violação deste pressuposto, uma vez que os valores de assimetria ( $Sk = -1.26$ ) e curtose ( $Ku = 1.20$ ) não são muito elevados (veja-se Marôco, 2018).

As correlações bivariadas de Spearman entre as variáveis em estudo, bem como as respetivas médias e desvios-padrão, podem encontrar-se na Tabela 4. Verificámos que as correlações entre estas variáveis não foram significativas para um nível de significância de  $p < .05$ . Por outro lado, constatámos que a profissão se correlacionou significativamente com o desenvolvimento profissional, pelo que a introduzimos enquanto covariável no modelo de mediação.

### Testes de Comparação de Médias

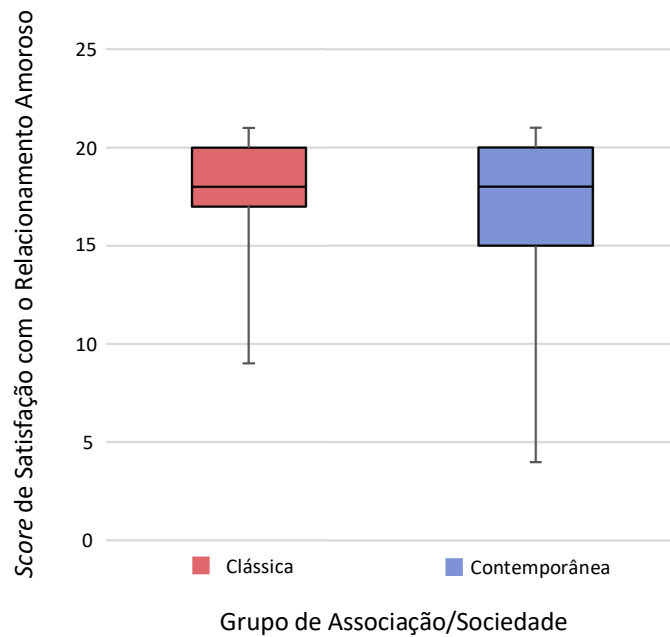
Os resultados da ANOVA permitiram-nos concluir não existirem diferenças estatisticamente significativas entre os grupos definidos com base na duração do relacionamento amoroso no que concerne às variáveis satisfação com o relacionamento amoroso [ $F = .830, p = .509$ ], expansão do *Self* [ $F = .472, p = .756$ ] e desenvolvimento profissional [ $F = .099, p = .982$ ]. O resultado obtido para a variável satisfação com o relacionamento amoroso foi confrontado com o teste de Kruskal-Wallis, que nos permitiu confirmar que não se verificavam significâncias estatísticas [ $H = 2.31, p = .678, N = 105$ ].

Por outro lado, os terapeutas com formação em Associações/Sociedades clássicas obtiveram, em média, 18.29 pontos ( $SEM = .356$ ) no questionário de satisfação com o relacionamento amoroso, 121.36 pontos ( $SEM = 2.33$ ) no de expansão do *Self* e 26.79 pontos ( $SEM = 1.14$ ) no de desenvolvimento profissional, enquanto os terapeutas com formação em Associações/Sociedades contemporâneas obtiveram, em média, 16.71 pontos ( $SEM = .500$ ), 125.32 pontos ( $SEM = 1.82$ ) e 24.94 pontos ( $SEM = 1.17$ ), respetivamente, em cada um dos instrumentos. De acordo com o teste *t*-Student, as diferenças observadas entre os *scores* médios dos dois grupos foram estatisticamente significativas no que respeita à variável satisfação com o relacionamento amoroso [ $t(103) = -2.32; p = .022$ ], como ilustrado na Figura 1. Já quanto às variáveis expansão do *Self* [ $t(103) = 1.35; p = .179$ ] e desenvolvimento profissional [ $t(103) = -1.09; p = .280$ ], verificou-se que estas diferenças não apresentavam significância estatística. O resultado obtido para a variável satisfação com o relacionamento amoroso foi confrontado com o teste de Wilcoxon-Mann-Whitney, que nos permitiu confirmar que existiam diferenças

estatisticamente significativas no que concerne a essa variável [ $U = 1064.50$ ,  $p = .044$ ,  $N = 105$ ].

### Figura 1

*Diagrama de Extremos e Quartis dos Scores de Satisfação com o Relacionamento Amoroso*



*Fonte.* Elaboração própria com base nos dados e recurso ao *Excel*.



**Tabela 4***Médias, Desvios-Padrão e Correlações Entre Variáveis em Estudo*

Variável	<i>M</i>	<i>SD</i>	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Satisfação com o relacionamento amoroso	17.34	3.48	–								
2. Expansão do <i>Self</i>	123.7	14.75	.160	–							
3. Desenvolvimento profissional	25.68	9.16	.092	.125	–						
4. Sexo	47.16	9.57	.054	.099	.012	–					
5. Idade	–	–	.001	.130	.076	-.076	–				
6. Estado civil	–	–	-.014	.018	.165	-.043	.385**	–			
7. Escolaridade	–	–	-.011	-.152	-.136	.096	-.064	.007	–		
8. Profissão	–	–	-.015	-.070	-.287**	-.094	.096	.009	-.211*	–	
9. Duração da atual relação	14.16	10.41	.170	.087	.036	-.067	.475**	.101	-.095	-.015	–

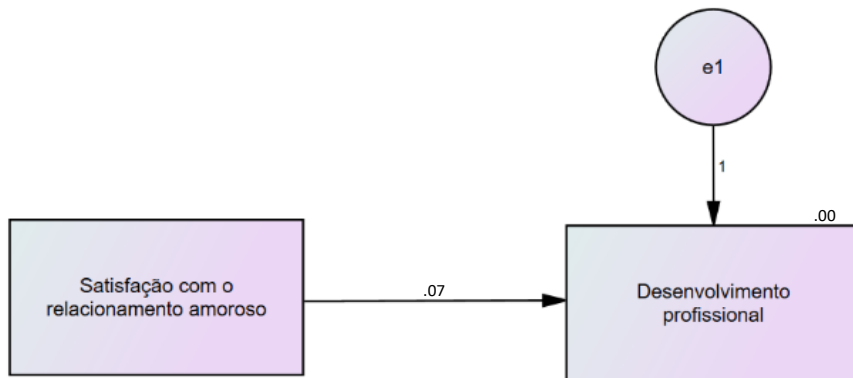
*Nota.*  $N = 105$ .\*  $p < .05$ , two-tailed.\*\*  $p < .001$ , two-tailed.

## Testagem de Modelos de Mediação

No modelo sem variável mediadora, observamos que a satisfação com o relacionamento amoroso não apresentava um efeito direto estatisticamente significativo sobre o desenvolvimento profissional ( $B = .167, SE = .241, Z = .693, p = .489, \beta = .07$ ). A Figura 2 apresenta o modelo com as estimativas estandardizadas dos coeficientes de regressão e o  $R^2$  do desenvolvimento profissional.

**Figura 2**

*Representação Gráfica do Modelo sem Variável Mediadora*



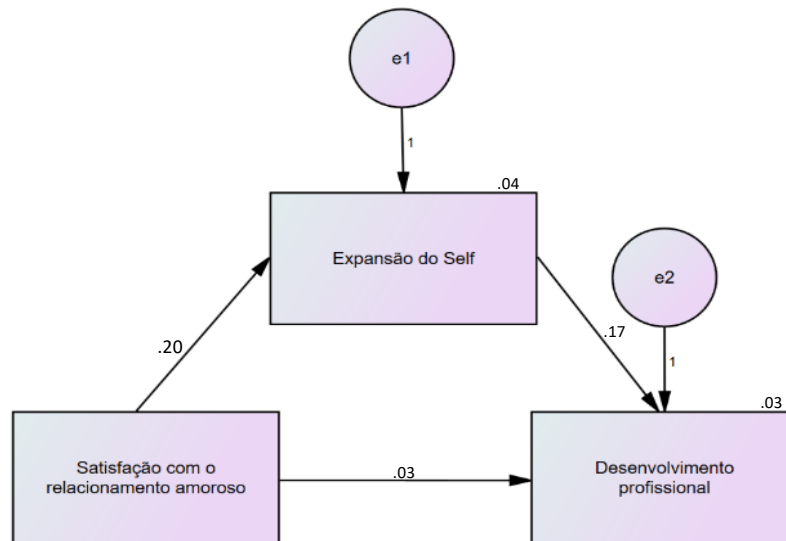
*Fonte.* Elaboração própria com base nos dados e recurso ao *software* IBM® SPSS® Amos™.

O modelo de mediação proposto explicou 3% da variabilidade do desenvolvimento profissional. Todas as trajetórias foram positivas, mas apenas o efeito direto da satisfação com o relacionamento sobre a expansão do *Self* foi estatisticamente significativo ( $B = .853, SE = .408, Z = 2.091, p = .037, \beta = .20$ ), ao contrário do efeito direto da satisfação com o relacionamento amoroso sobre o desenvolvimento profissional ( $B = .085, SE = .243, Z = .350, p = .726, \beta = .03$ ) e do efeito direto da expansão do *Self* sobre o desenvolvimento profissional ( $B = .096, SE = .057, Z = 1.68, p = .093, \beta = .17$ ). A variável satisfação com o relacionamento amoroso apresentou um efeito total de .068 sobre o desenvolvimento profissional, com efeito direto de .035 e efeito indireto, mediado

pela expansão do *Self*, de .033. A Figura 3 apresenta o modelo com as estimativas estandardizadas dos coeficientes de regressão e o  $R^2$  do desenvolvimento profissional.

**Figura 3**

*Representação Gráfica do Modelo de Mediação Proposto*



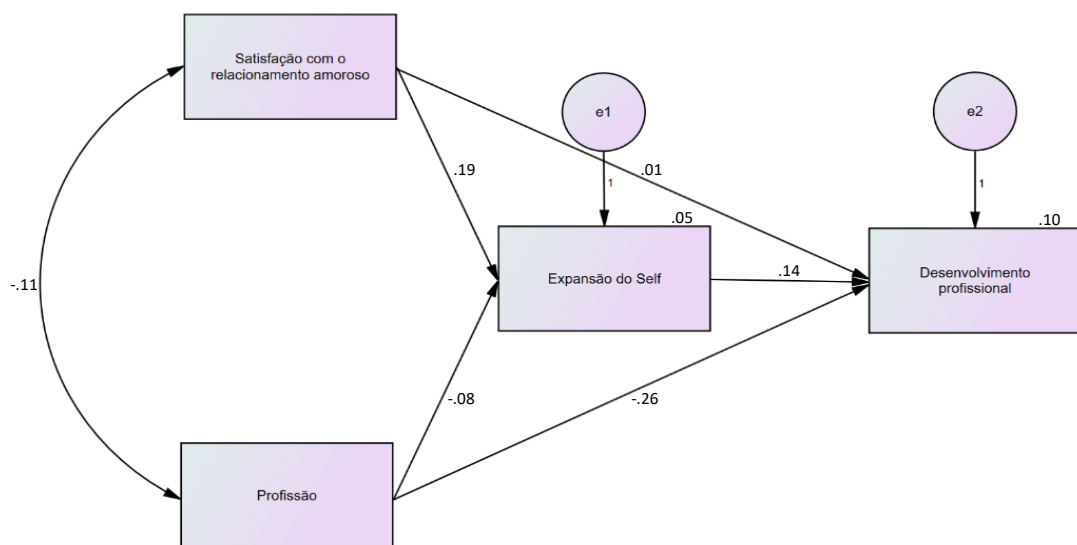
*Fonte.* Elaboração própria com base nos dados e recurso ao *software* IBM® SPSS® Amos™.

O modelo de mediação com a covariável profissão explicou 10% da variabilidade do desenvolvimento profissional. Neste modelo, nem todas as trajetórias foram positivas e apenas o efeito direto da satisfação com o relacionamento amoroso sobre a expansão do *Self* ( $B = .817$ ,  $SE = .409$ ,  $Z = 1.999$ ,  $p = .046$ ,  $\beta = .19$ ), bem como o efeito direto da profissão sobre o desenvolvimento profissional ( $B = -4.638$ ,  $SE = 1.692$ ,  $Z = -2.742$ ,  $p = .006$ ,  $\beta = -.26$ ), foram estatisticamente significativos. Os efeitos da profissão sobre a expansão do *Self* ( $B = -2.403$ ,  $SE = 2.985$ ,  $Z = -.805$ ,  $p = .421$ ,  $\beta = -.08$ ), da satisfação com o relacionamento amoroso sobre o desenvolvimento profissional ( $B = .27$ ,  $SE = .235$ ,  $Z = .115$ ,  $p = .909$ ,  $\beta = .01$ ), e da expansão do *Self* sobre o desenvolvimento profissional ( $B = .084$ ,  $SE = .055$ ,  $Z = 1.518$ ,  $p = .129$ ,  $\beta = .14$ ) não foram estatisticamente significativos. A variável satisfação com o relacionamento amoroso apresentou um efeito total de .039 sobre o desenvolvimento profissional, com efeito direto de .011 e efeito indireto, mediado pela expansão do *Self*, de .028. Por outro lado, a variável profissão apresentou um efeito

total de  $-.269$  sobre o desenvolvimento profissional, com efeito direto de  $-.258$  e efeito indireto, mediado pela expansão do *Self*, de  $-.011$ . A Figura 4 apresenta o modelo com as estimativas estandardizadas dos coeficientes de regressão e o  $R^2$  do desenvolvimento profissional.

**Figura 4**

*Representação Gráfica do Modelo de Mediação com Covariável*



*Fonte.* Elaboração própria com base nos dados e recurso ao *software* IBM® SPSS® Amos™.

## Discussão

A presente investigação teve como objetivo estudar o efeito da satisfação com o relacionamento amoroso sobre o desenvolvimento profissional numa amostra de psicoterapeutas psicodinâmicos, assim como o efeito de mediação da expansão do *Self* na relação entre ambas as variáveis. Esperava-se obter uma relação positiva entre satisfação com o relacionamento amoroso e desenvolvimento profissional, bem como que níveis elevados de expansão do *Self* mediassem esta relação. A montante, esperava-se uma relação positiva entre níveis elevados de satisfação com o relacionamento amoroso e

níveis elevados de expansão do *Self*, dada a extensa sustentação teórica desta relação (e.g., Branand et al., 2019; Graham & Harf, 2015; Harasymchuk, Muise, et al., 2020; Muise et al., 2019; Raposo et al., 2020). As correlações bivariadas de Spearman não mostraram esta associação, revelando, contudo, uma significância estatística de  $p < .001$  da correlação entre profissão e desenvolvimento profissional. Tal significa que os participantes psicólogos (*versus* psiquiatras ou outros) apresentam um maior desenvolvimento profissional. De facto, a própria formação base do psicólogo é muito orientada para o desenvolvimento pessoal e profissional (e.g., Rønnestad et al., 2018), ao contrário do que sucede com outras áreas que permitem a formação posterior em psicoterapia psicodinâmica, como é o caso da Psiquiatria (Bouch, 2003; Kazantzis et al., 2010). Este resultado levou-nos a inserir a profissão como covariável no modelo de mediação supramencionado.

Os testes de comparação de médias evidenciaram resultados com significância estatística apenas no que respeita às diferenças observadas entre os *scores* médios de satisfação com o relacionamento amoroso obtidos pelos dois grupos de psicoterapeutas psicodinâmicos definidos (vertente clássica e vertente contemporânea), sendo que o grupo da vertente clássica obteve *scores* superiores (18.29 vs. 16.71). Por outro lado, a satisfação com o relacionamento amoroso não se correlacionou com a expansão do *Self*, ainda que os *scores* obtidos pelos participantes em ambas as variáveis tenham sido relativamente elevados. Estes dados não vão ao encontro da literatura.

Por forma a melhor compreender os resultados obtidos, importa, antes de mais, recordar a evolução da Psicanálise. A teoria psicanalítica pressupõe trazer ao consciente o inconsciente. O desenvolvimento inicial da mesma foi construído em torno do conceito de pulsão, ignorando-se as relações de objeto na formulação inicial da teorização de Freud. Mais tarde, surgiu um novo quadro conceptual, no qual as relações com o Outro, em especial com a mãe, constituíam os principais elementos da vida mental (Greenberg & Mitchell, 2003). De acordo com estas linhas de pensamento, se a relação com a mãe evoluir de forma saudável e o sujeito não encriptar o desenvolvimento por motivos edipianos, espera-se que mantenha, na sua vida adulta, relações também elas saudáveis e satisfatórias. O amor adulto não se afigura, portanto, como merecedor de especial destaque na psicoterapia, e o mesmo acontece com a expansão do *Self*. Apesar da motivação inata para o desenvolvimento (Bromberg, 2012) e de as relações amorosas serem promotoras de tal crescimento (Mesquita, 2020b), apenas recentemente a teoria psicodinâmica se debruçou sobre a importância das relações íntimas e da expansão do

*Self*, na medida em que ambas podem trazer novidade (*versus* repetição) à vida do sujeito. Posto isto, dada a média de idade dos participantes da nossa amostra, hipotetizamos que a sua análise pessoal poderá não ter abordado diretamente estes tópicos. Sendo que nem a formação nem a análise dos sujeitos se terá guiado, à partida, pelo pressuposto de que as relações íntimas podem trazer valiosos benefícios, talvez a satisfação com as relações amorosas, assim como a expansão do *Self*, não sejam uma prioridade para os mesmos.

Recentrando a reflexão nos resultados obtidos, a média da duração do atual relacionamento amoroso foi de 14.16 anos e existiu uma significância estatística de  $p < .001$  na correlação (.475) entre idade e duração da atual relação. Pessoas mais velhas, terão feito, maioritariamente, a sua formação em Associações/Sociedades clássicas, pois as contemporâneas surgiram mais tarde, e estarão em relacionamentos mais duradouros. Ora, se a expansão do *Self* não é, pelas mesmas, encarada como prioritária, e se mantêm relações mais longas, estabelecidas e sustentadas no tempo, podemos supor que estão mais satisfeitas com os seus relacionamentos e que derivam esta satisfação através de fatores que nos são desconhecidos. Contudo, talvez faça sentido perguntarmo-nos qual é o grau de intimidade destes casais. Mesquita (2018) fala-nos de casais que passam a sua vida “encostadinhos”, sem nunca se conhecerem realmente. Estes sujeitos podem (pensar) estar satisfeitos, tendo em conta a sua conceção de intimidade. Ainda assim, Yalom (1989) refere que, muitas vezes, ao se acompanhar pessoas que mantêm uma relação amorosa, assiste-se ao desmoronar desse amor quando examinado de perto em psicoterapia.

Por outra perspetiva, podemos supor que os mais jovens se encontram a investir nas suas relações amorosas, a realizar a formação em psicoterapia psicodinâmica e a fazer a sua própria análise, articulando tudo isso com o desenvolvimento profissional. Em contrapartida, gerações prévias têm de conjugar menos desafios, na medida em que já terminaram a sua formação, já possuem uma carteira de clientes, e, muitas vezes, consultório próprio. Quem é mais jovem, acusará, eventualmente, mais a pressão do desempenho no mundo do trabalho. Então, parece lícito supor que as gerações dos sujeitos mais velhos poderão estar mais satisfeitas com o relacionamento amoroso dado encontrarem-se numa fase da sua carreira em que não têm de investir tanto nela, porquanto já estabelecida. Ao contrário do que sucede com os mais jovens, podem dedicar-se a investir mais nos seus relacionamentos amorosos e, por consequência, estar mais satisfeitos com os mesmos.

Diversos estudos (e.g., Aron & Aron, 1986; Sheets, 2014; Xu et al., 2019) apontam que, em relações mais duradoras, os níveis de expansão do *Self* tendem a diminuir, assim como os níveis de satisfação com o relacionamento amoroso. Uma vez que a média da duração da atual relação é de cerca de 14 anos, a ausência da relação esperada entre as variáveis satisfação com o relacionamento amoroso e expansão do *Self* pode justificar-se pelo facto de a amostra manter, maioritariamente, relacionamentos de longa duração (> 10 anos; Krunst, 2019). Por outro lado, quando a relação amorosa já se encontra estável, as pessoas podem exibir uma tendência para partir para outros domínios da sua vida, atribuindo-lhes maior importância e investimento (e.g., carreira; Sharma & Suresh, 2021). Não podemos, também, ignorar que ser psicoterapeuta é um trabalho muito exigente e suscetível de comprometer a disponibilidade mental para se investir e fazer florescer outras relações íntimas (Heinonen et al., 2022; Nissen-Lie, 2021). É, ainda, possível hipotetizar que as variáveis podem não se correlacionar dado que a relação entre ambas depende da função que o relacionamento amoroso cumpre na vida do sujeito. A relação pode ser satisfatória na medida em que cumpre as necessidades que para a pessoa são prioritárias, mesmo que a expansão do *Self* não seja uma delas. Podemos supor que os elevados *scores* obtidos na escala de expansão do *Self* surgem de outras dimensões da sua vida (e.g., viajar, fazer formação), mas não do parceiro amoroso e das atividades que ambos realizam em conjunto.

O modelo de mediação testado mostrou que a expansão do *Self* não se apresentou como variável mediadora. Ainda que os resultados não tenham ido ao encontro do esperado, do ponto de vista psicopatológico são ajustados. Rogers (1951) e Maslow (1968) referem a existência de uma tendência inata para a constante atualização do *Self*. Neste sentido, o caminho do desenvolvimento consiste em criar novos significados e objetivos e procurar aquilo que se deseja (Mesquita, 2020b). Contudo, para isso é necessário que o ambiente seja facilitador deste fenómeno e que o sujeito tenha a motivação para se transformar, mas estas condições nem sempre se reúnem. Caso o relacionamento amoroso não cumpra a função de enriquecimento emocional mútuo, a expansão do *Self* não seja prioritária, ou os sujeitos estejam a compensar a insatisfação com uma das dimensões através do investimento noutra, faz sentido que as variáveis não se relacionem da forma que esperávamos.

No que concerne à relação da expansão do *Self* com o desenvolvimento profissional, há que notar, antes de mais, que o *score* médio obtido pelos participantes no DPCCQ foi relativamente baixo, mas esta é uma questão que poderá estar relacionada

com as características psicométricas do próprio questionário, como explicaremos adiante. Cumpre notar que, apesar de os participantes terem obtido *scores* médios tendencialmente elevados em todas as escalas (à exceção de DPCCQ), nenhuma das variáveis principais em estudo apresentou correlações significativas com as demais. Podemos sugerir que se trata de clivagem das diversas áreas do funcionamento humano. Quando uma delas não está a funcionar da forma que se deseja, uma alternativa ao comportamento mais saudável (i.e., mudança para melhores modos de funcionamento) é a compensação, através do investimento noutros domínios. Diversas investigações realizadas no âmbito laboral evidenciam esta relação (e.g., Medeiros et al., 2017; Sharma & Suresh, 2021), descrita enquanto fenómeno de compensação (i.e., quando o sujeito se envolve menos no domínio que lhe traz menos satisfação e aumenta a dedicação ao outro; Feijó et al., 2017; Medeiros et al., 2017). Na mesma linha, Dejours (1992) postula que a atividade laboral pode funcionar como compensação narcísica, na medida em que o sujeito projeta o seu mundo interno e lhe dirige os seus investimentos simbólicos e materiais destinados a um Outro. Esta compensação pode materializar-se na necessidade de receber uma confirmação narcísica por parte dos seus colegas, que leva o sujeito a exhibir as suas competências junto dos mesmos. De facto, o sucesso no trabalho pode oferecer elementos que o relacionamento não pode (e.g., bens materiais, sucesso socialmente reconhecido,).

Face a este contexto, hipotetizamos também que, após terminada a sua análise pessoal (requisito obrigatório na respetiva formação), alguns psicoterapeutas poderão dar, erroneamente, por encerrado o seu desenvolvimento. O desenvolvimento profissional de terapeutas requer-se cognitivo e emocional, e, sendo que este último é aquele que mais se associa à expansão do *Self* (Mesquita, 2020a; Mesquita & Campos, 2021), os participantes poderão dar destaque ao primeiro, não valorizando comportamentos promotores da expansão do *Self*. Este é, acima de tudo, um mundo voltado para o trabalho e para os resultados (Chahad, 2021), o que pode induzir os sujeitos a investirem mais nas suas carreiras, muitas vezes em detrimento de outros aspetos das suas vidas.

Estes resultados levam-nos, adicionalmente, a questionar se o atual mundo do trabalho permite que se desenvolva a profissão nas condições ideais, através da relação genuína com o Outro. Certamente não está por detrás dos sujeitos empregados uma situação homogénea, ainda que o modo como foi operacionalizada a variável condição perante o trabalho nos possa levar a pensar que todas as pessoas se encontram na mesma situação. Podemos supor que a amostra é composta por sujeitos recém-empregados, empregados há vários anos, por conta própria, por conta de outrem, com contrato a termo



ou com contrato sem termo, entre outras situações. De notar, também, que as gerações mais velhas terão, à partida, condições de trabalho mais estáveis, em comparação com os mais jovens. Com as condições existentes nos dias de hoje, muitas vezes pautadas por instabilidade e vulnerabilidade, a entrega à profissão e, conseqüentemente, o desenvolvimento profissional, podem estar condicionados, na medida em que os sujeitos podem priorizar um número elevado de clientes e tender a experienciar a profissão no sentido utilitarista e não desenvolvimental, numa entrega à relação terapêutica que não é genuína.

Note-se, por fim, que, se olharmos para o conteúdo dos itens da SEPS (e.g., “Eu tenho prazer em fazer coisas novas”), estes não remetem para nenhuma das outras variáveis principais em estudo. Sendo esta uma escala que avalia a expansão do *Self* na vida do sujeito em geral, os resultados podem não ter revelado as associações que esperávamos porquanto a escala utilizada não avalia a expansão do *Self* nem no domínio da relação amorosa, nem no domínio do trabalho. Talvez não tenhamos verificado a associação esperada entre as variáveis na medida em que a forma como medimos os construtos não permitiu avaliá-los de forma suficientemente compreensiva.

### **Limitações e estudos futuros**

A presente investigação apresenta algumas limitações, entre as quais se conta, desde logo, a escassez de bibliografia que relacione algumas das variáveis em estudo, designadamente a satisfação com o relacionamento amoroso com o desenvolvimento profissional e a expansão do *Self* com o desenvolvimento profissional. Note-se, também, que se desconhece a existência de investigação que relacione as três variáveis em estudo neste trabalho. Posto isto, sugere-se para investigação futura a replicação deste estudo em amostras menos específicas (e.g., amostra da comunidade).

No que toca aos instrumentos utilizados, podemos apontar algumas limitações: (i) extensão do protocolo, que pode influenciar a atenção na resposta aos itens (Rolstad et al., 2011); (ii) utilização exclusiva de instrumentos de autorrelato, que estão sujeitos a enviesamentos na resposta (Caputo, 2017), essencialmente motivados pela desejabilidade social (Crowne & Marlowe, 1960); (iii) utilização de uma versão reduzida da IMS, que permite uma compreensão menos aprofundada do fenómeno em estudo (Rolstad, 2011); (iv) ausência de normas de cotação para o DPCCQ, que nos leva a questionar se o

procedimento de cotação utilizado foi o mais adequado; (v) insuficiência de itens no questionário sociodemográfico utilizado, na medida em que poderia ter sido importante compreender mais aprofundadamente quais as condições laborais dos participantes, ainda que esse não fosse o objetivo do nosso estudo. Assim, sugere-se, em estudos futuros: (a) a utilização apenas das subescalas que forem necessárias ao estudo, se as mesmas puderem ser cotadas em separado; (b) o recurso a outras formas de recolha de dados, como a entrevista, bem como a utilização de uma escala de desejabilidade social; (c) a utilização da versão completa das subescalas escolhidas para a recolha de dados; (d) investigação adicional que teste as propriedades psicométricas do DPCCQ na população portuguesa, ou o uso de outro questionário que mensure o desenvolvimento profissional de psicoterapeutas e esteja validado para a população portuguesa; (e) exploração mais aprofundada da situação de trabalho em que o sujeito se encontra (e.g., anos de experiência profissional, formados *versus* formandos em psicoterapia psicodinâmica, categoria profissional de acordo com as seis fases conceptualizadas por Rønnestad & Skovholt [2003]). Note-se, ainda a este respeito, que a própria composição da amostra (i.e., psicoterapeutas) poderá ter influenciado o modo como responderam aos itens, dado tratar-se de pessoas que são da área em que a presente investigação se enquadra, o que reforça a necessidade de utilização de escalas de desejabilidade social, por forma a contornar vieses de resposta.

A utilização de uma amostragem não-probabilística constitui uma ameaça à validade externa do estudo. Não havendo uma seleção aleatória, gerou-se uma amostra não representativa, o que impede que os resultados possam ser extrapolados (Marôco, 2021) para a população de psicoterapeutas psicodinâmicos. Para além disso, apesar de a dimensão da amostra se considerar aceitável para a realização de análises estatísticas (Marôco, 2021), pode ser considerada pequena para a testagem de modelos de mediação através de *path analysis* por modelação de equações estruturais (Kline, 2016). Sugere-se, então, a utilização de outros métodos de amostragem e a recolha de amostras de maior dimensão em investigações futuras.

No que concerne à recolha de dados, apontamos como limitação a sua realização em formato *online*, que acarreta diversos problemas, designadamente (S. Cohen et al., 2018): (i) o mesmo participante pode submeter diversas respostas; (ii) não permite controlar as condições (viz., privacidade) em que o protocolo é respondido; (iii) dificuldade de esclarecimento de possíveis dúvidas do participante relativas ao protocolo ou à investigação; (iv) possível dificuldade de utilização do *software* que suporta o

questionário ou incompatibilidade do mesmo com os meios tecnológicos disponíveis ao participante. Sugere-se, para estudos futuros, a recolha de dados em formato presencial.

Por fim, acresce que se trata de um estudo transversal, o que impossibilita a inferência de relações causais (Spector, 2019). Para além disso, a investigação em tempos de pandemia, dado o seu impacto na saúde mental, poderá ter influência sobre as respostas aos itens (Xiong et al., 2020) de formas que nos são desconhecidas. Propõe-se, portanto, o recurso a uma operacionalização longitudinal em estudos futuros.

## **Virtudes e conclusões**

Como virtudes do estudo, podemos referir, antes de mais, a natureza da amostra – que, sendo constituída por psicoterapeutas, adquire um carácter idiossincrático –, bem como a significância estatística da correlação entre profissão e desenvolvimento profissional. Um  $p < .001$  evidencia que este efeito deve verificar-se em amostras com psicoterapeutas de outras orientações teóricas. Em todo o caso, consideramos que a principal virtude desta investigação é o facto de mostrar que o caminho que aqui prosseguimos não é o caminho que deve ser percorrido em investigações futuras. Quando as nossas teorias não se verificam, ainda que possa tratar-se de uma perspetiva pouco entusiasmante e valorizada na comunidade científica, há que compreender a relevância dessa descoberta e criar teorias com base no novo conhecimento gerado. Calado (2016) traça o cenário da investigação científica na atualidade como uma realidade onde se descartou a curiosidade intelectual e se perdeu a criatividade e a capacidade de descobrir o inesperado ao arriscar. Contudo, é arriscando que se fazem grandes descobertas. Ainda que não corresponda ao esperado, este trabalho oferece um contributo inovador para o estudo das associações entre as variáveis expansão do *Self*, satisfação com o relacionamento amoroso e desenvolvimento profissional em psicoterapeutas psicodinâmicos, uma vez que não tinham sido estudadas até ao momento. Com a metodologia aqui utilizada não se encontraram relações. Porém, trata-se de um contributo que permite alimentar o conhecimento científico e combater o fenómeno a que Calado (2016) se refere. Neste sentido, é necessário lembrarmo-nos de que o conhecimento através do qual se conclui que determinado caminho está errado, representa, por si só, progresso científico.

Como conclusão, podemos dizer que o presente estudo vem demonstrar que as variáveis em análise não se relacionam significativamente numa amostra de psicoterapeutas psicodinâmicos. Esta investigação permitiu-nos compreender que a satisfação com o relacionamento amoroso pode ser fomentada através de outros fenómenos que não a expansão do *Self*, bem como que a expansão do *Self* parece não impactar o desenvolvimento profissional de psicoterapeutas da orientação teórica considerada. Posto isto, importa questionar se o modo como estes são formados permite que se tornem terapeutas não só competentes nos seus trabalhos, como também nas respetivas vidas pessoais. Estes resultados demonstram, acima de tudo, que é necessário refletir sobre a necessidade de adaptar os planos de estudo das diversas Associações/Sociedades de Psicoterapia para que integrem temáticas essenciais para o desenvolvimento humano (e.g., relações amorosas, expansão do *Self*), bem como fornecer promover a reflexão sobre o equilíbrio entre a vida profissional e a vida pessoal em psicoterapeutas. Ao devolver estes resultados à comunidade, estaremos a contribuir para a melhoria da profissão de psicoterapeutas. Importa, contudo, que se realize ulterior investigação empírica sobre o tema, para que inferências mais sustentadas se possam retirar.

## Referências

- Acevedo, B. P., Aron, A., Fisher, H. E., & Brown, L. L. (2012). Neural correlates of long-term intense romantic love. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 7(2), 145–159. <https://doi.org/10.1093/scan/nsq092>
- Agnew, C. R., Loving, T. J., Le, B., & Goodfriend, W. (2004). Thinking close: Measuring relational closeness as perceived self-other inclusion. In D. Mashek & A. Aron (Eds.), *Handbook of closeness and intimacy* (pp. 103–115). Erlbaum.
- Agnew, C. R., van Lange, P. A., Rusbult, C. E., & Langston, C. A. (1998). Cognitive interdependence: Commitment and the mental representation of close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(4), 939–954. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.4.939>
- Andrade, A. L., Garcia, A., & Cano, D. S. (2009). Preditores da satisfação global em relacionamentos românticos. *Psicologia: Teoria e Prática*, 11(3), 143–156. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/ptp/v11n3/v11n3a12.pdf>
- Arnold, H. J., & Feldman, D. C. (1982). A multivariate analysis of the determinants of job turnover. *Journal of Applied Psychology*, 67(3), 350–360. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.67.3.350>
- Aron, A. (2003). Self and close relationships. In M. R. Leary & J. P. Tangney (Eds.), *Handbook of self and identity* (pp. 442–461). Guilford Press.
- Aron, A. P., Mashek, D. J., & Aron, E. N. (2004). Closeness as including other in the self. In D. J. Mashek & A. P. Aron (Eds.), *Handbook of closeness and intimacy* (pp. 27–41). Erlbaum.
- Aron, A., & Aron, E. (1986). *Love and the expansion of self: Understanding attraction and satisfaction*. Hemisphere Publishing Corporation.
- Aron, A., & Aron, E. N. (1996). Love and expansion of the self: The state of the model. *Personal Relationships*, 3(1), 45–58. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1996.tb00103.x>
- Aron, A., & Aron, E. N. (1997). Self-expansion motivation and including other in the self. In S. Duck (Ed.), *Handbook of personal relationships: Theory, research, and interventions* (pp. 251–270; 2<sup>nd</sup> ed.). John Wiley & Sons Inc.
- Aron, A., & Lewandowski, G. W. Jr. (2002). Interpersonal attraction, psychology of. In N. J. Smelser & P. B. Baltes (Eds.), *International encyclopedia of the social and behavioral sciences* (pp. 7860–7862). Pergamon.
- Aron, A., Aron, E. N., & Norman, C. (2001). The self-expansion model of motivation and cognition in close relationships and beyond. In M. Clark & G. Fletcher (Eds.), *Blackwell handbook in social psychology: Interpersonal processes* (pp. 478–501; vol. 2). Blackwell Publishing.

- Aron, A., Aron, E. N., & Smollan, D. (1992). Inclusion of other in the self scale and the structure of interpersonal closeness. *Journal of Personality and Social Psychology*, *63*(4), 596–612. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.63.4.596>
- Aron, A., Aron, E. N., Tudor, M., & Nelson, G. (1991). Close relationships as including other in the self. *Journal of Personality and Social Psychology*, *60*(2), 241–253. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.60.2.241>
- Aron, A., Lewandowski, G. W., Jr., Mashek, D., & Aron, E. N. (2013). The self-expansion model of motivation and cognition in close relationships. In J. A. Simpson & L. Campbell (Eds.), *The Oxford handbook of close relationships* (pp. 90–115). Oxford University Press. <http://dx.doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195398694.013.0005>
- Aron, A., McLaughlin-Volpe, T., Mashek, D., Lewandowski, G., Wright, S. C., & Aron, E. N. (2004). Including others in the self. *European Review of Social Psychology*, *15*(1), 101–132. <https://doi.org/10.1080/10463280440000008>
- Aron, A., Norman, C. C., & Aron, E. N. (1998). The self-expansion model and motivation. *Representative Research in Social Psychology*, *22*, 1–13. <https://psycnet.apa.org/record/2000-15544-001>
- Aron, A., Norman, C. C., Aron, E. N., McKenna, C., & Heyman, R. E. (2000). Couples' shared participation in novel and arousing activities and experienced relationship quality. *Journal of Personality and Social Psychology*, *78*(2), 273–284. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.78.2.273>
- Aron, A., Paris, M., & Aron, E. N. (1995). Falling in love: Prospective studies of self-concept change. *Journal of Personality and Social Psychology*, *69*(6), 1102–1112. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.69.6.1102>
- Aron, A., Steele, J. L., Kashdan, T. B., & Perez, M. (2006). When similars do not attract: Tests of a prediction from the self-expansion model. *Personal Relationships*, *13*(4), 387–396. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2006.00125.x>
- Bacev-Giles, C. T. (2019). *Attachment insecurity and daily relationship threats as obstacles to relational self-expansion*. [Doctoral thesis, Carleton University]. <https://curve.carleton.ca/66859013-4de9-4572-ac3d-54bd0bc58f9e>
- Bakker, A. B., Demerouti, E., de Boer, E., & Schaufeli, W. B. (2003). Job demands and job resources as predictors of absence duration and frequency. *Journal of Vocational Behavior*, *62*(2), 341–356. [https://doi.org/10.1016/S0001-8791\(02\)00030-1](https://doi.org/10.1016/S0001-8791(02)00030-1)
- Bakker, A. B., Schaufeli, W. B., Leiter, M. P., & Taris, T. W. (2008). Work engagement: An emerging concept in occupational health psychology. *Work & Stress*, *22*(3), 187–200. <https://doi.org/10.1080/02678370802393649>
- Baumeister, R. F., & Bratslavsky, E. (1999). Passion, intimacy, and time: Passionate love as a function of change in intimacy. *Personality and Social Psychology Review*, *3*(1), 49–67. [https://doi.org/10.1207/s15327957pspr0301\\_3](https://doi.org/10.1207/s15327957pspr0301_3)

- Bedeian, A. G., Kemery, E. R., & Pizzolatto, A. B. (1991). Career commitment and expected utility of present job as predictors of turnover intentions and turnover behavior. *Journal of Vocational Behavior*, 39(3), 331–343. [https://doi.org/10.1016/0001-8791\(91\)90042-K](https://doi.org/10.1016/0001-8791(91)90042-K)
- Bennett-Levy, J. (2006). Therapist skills: A cognitive model of their acquisition and refinement. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 34(1), 57–78. <https://doi.org/10.1017/S1352465805002420>
- Bennett-Levy, J. (2019). Why therapists should walk the talk: The theoretical and empirical case for personal practice in therapist training and professional development. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 62, 133–145. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2018.08.004>
- Besta, T., Jaśkiewicz, M., Kosakowska-Berezecka, N., Lawendowski, R., & Zawadzka, A. M. (2018). What do I gain from joining crowds? Does self-expansion help to explain the relationship between identity fusion, group efficacy and collective action. *European Journal of Social Psychology*, 48(2), 152–167. <https://doi.org/10.1002/ejsp.2332>
- Bhola, P., Kumaria, S., & Orlinsky, D. E. (2012). Looking within: Self-perceived professional strengths and limitations of psychotherapists in India. *Asia Pacific Journal of Counselling and Psychotherapy*, 3(2), 161–174. <https://doi.org/10.1080/21507686.2012.703957>
- Bhola, P., Raguram A., Dugyala, M., & Ravishankar, A. (2017). Learning in the crucible of supervision: Experiences of trainee psychotherapists in India. *The Clinical Supervisor*, 36(2), 182–202. <https://doi.org/10.1080/07325223.2016.1233478>
- Bilican, F. I., & Soygüt, G. (2015). Professional development process of trainee and experienced psychotherapists in turkey. *Turkish Journal of Psychiatry*, 26(4), 249–260. <https://doi.org/10.5080/u8024>
- Biscaia, C., & Figueiredo, S. (2019). A pessoa do psicoterapeuta. In C. Biscaia & D. D. Neto (Coord.), *A prática profissional da psicoterapia* (pp. 189–202). Ordem dos Psicólogos Portugueses.
- Bland, A. M., & McQueen, K. S. (2018). The distribution of chapman’s love language in couples: An exploratory cluster analysis. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, 7(2), 103–126. <http://dx.doi.org/10.1037/cfp0000102>
- Bodenmann, G., Meuwly, N., & Kayser, K. (2011). Two conceptualizations of dyadic coping and their potential for predicting relationship quality and individual well-being: A comparison. *European Psychologist*, 16(4), 255–266. <https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000068>
- Borges, V. C., & Pasquali, L. (2011). Características psicométricas da Relationship Assessment Scale. *Psico-USF*, 16(3), 255–264. <https://www.scielo.br/j/psuf/a/9ggmtHT94N4tZpH5Yd5J44k/?lang=pt>

- Bouch, J. (2003). Continuing professional development for psychiatrists: CPD and learning. *Advances in Psychiatric Treatment*, (9)2, 81–83. <https://doi.org/10.1192/apt.9.2.81>
- Bradbury, T. N., Fincham, F. D., & Beach, S. R. H. (2000). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review. *Journal of Marriage and Family*, 62(4), 964–980. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2000.00964.x>
- Branand, B., Mashedk, D., & Aron, A. (2019). Pair-bonding as inclusion of other in the self: A literature review. *Frontiers in Psychology*, 10, Article 2339. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02399>
- Brezsnyak, M., & Whisman, M. A. (2004). Sexual desire and relationship functioning: The effects of marital satisfaction and power. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 30(3), 199–217. <http://dx.doi.org/10.1080/00926230490262393>
- Bromberg, P. (2012). Credo. *Psychoanalytic Dialogues*, 22(3), 273–278. <https://doi.org/10.1080/10481885.2012.679592>
- Brown, S. (2017). *Is counselling women's work?* Therapy Today. Retrieved March 6, 2022, from <https://www.bacp.co.uk/bacp-journals/therapy-today/2017/march-2017/is-counselling-womens-work/>
- Buck, A. A., & Neff, L. A. (2012). Stress spillover in early marriage: The role of self-regulatory depletion. *Journal of Family Psychology*, 26(5), 698–708. <https://doi.org/10.1037/a0029260>
- Burke, D., Moore, M., Newman, L., & Orr, F. (1999). Psychotherapy supervision for pre-section I trainees: Access, Equity AND Quality. *Australasian Psychiatry*, 7(5), 248–250. <https://doi.org/10.1046/j.1440-1665.1999.00206.x>
- Burris, C. T., Rempel, J. K., Munteanu, A. R., & Therrien, P. A. (2013). More, more, more: The dark side of self-expansion motivation. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 39(5), 578–595. <https://doi.org/10.1177/0146167213479134>
- Busby, D. M., Christensen, C., Crane, D. R., & Larson, J. H. (1995). A revision of the Dyadic Adjustment Scale for use with distressed and nondistressed couples: Construct hierarchy and multidimensional scales. *Journal of Marital and Family Therapy*, 2(3), 289–308. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.1995.tb00163.x>
- Byers, E. S., & Heinlein, L. (1989). Predicting initiations and refusals of sexual activities in married and cohabiting heterosexual couples. *Journal of Sex Research*, 26(2), 210–231. <https://doi.org/10.1080/00224498909551507>
- Calado, J. (2016). *Limites da ciência*. Fundação Francisco Manuel dos Santos.
- Campbell, K., & Kaufman, J. (2017). Do you pursue your heart or your art? Creativity, personality, and love. *Journal of Family Issues*, 38(3), 287–311. <https://doi.org/10.1177/0192513X15570318>



- Caputo, A. (2017). Social desirability bias in self-reported well-being measures: Evidence from an online survey. *Universitas Psychologica*, *16*(2), 1–13. <http://www.scielo.org.co/pdf/rups/v16n2/1657-9267-rups-16-02-00245.pdf>
- Carlson, D. S., Thompson, M. J., & Kacmar, K. M. (2019). Double crossed: The spillover and crossover effects of work demands on work outcomes through the family. *Journal of Applied Psychology*, *104*(2), 214–228. <https://doi.org/10.1037/apl0000348>
- Carlsson, J. (2012). Research on psychotherapists' professional development during and after training. *Nordic Psychology*, *64*(3), 4–21. <http://dx.doi.org/10.1080/19012276.2012.731310>
- Carlsson, J., & Schubert, J. (2009). Professional values and their development among trainees in psychoanalytic psychotherapy. *European Journal of Psychotherapy and Counselling*, *11*(3), 267–286. <https://doi.org/10.1080/13642530903230319>
- Carlsson, J., Norberg, J., Sandell, R., & Schubert, J. (2011). Searching for recognition: The professional development of psychodynamic psychotherapists during training and the first few years after it. *Psychotherapy Research*, *21*(2), 141–153. <https://doi.org/10.1080/10503307.2010.506894>
- Carson, J. W., Carson, K. M., Gil, K. M., & Baucom, D. H. (2007). Self-expansion as a mediator of relationship improvements in a mindfulness intervention. *Journal of Marital and Family Therapy*, *33*(4), 517–528. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2007.00035.x>
- Caughlin, J. P., & Huston, T. L. (2006). The affective structure of marriage. In A. L. Vangelisti & D. Perlman (Eds.), *The Cambridge handbook of personal relationships* (pp. 131–155). Cambridge University Press.
- Chahad, J. P. (2021). O futuro do trabalho pós Covid-19. *Ciência & Trópico*, *45*(1), 85–116. [https://doi.org/10.33148/cetropicov45n1\(2021\)art6](https://doi.org/10.33148/cetropicov45n1(2021)art6)
- Chapman, B., & Guven, C. (2016). Revisiting the relationship between marriage and wellbeing: Does marriage quality matter? *Journal of Happiness Studies*, *17*(2), 533–551. <https://doi.org/10.1007/s10902-014-9607-3>
- Cohen, L., Manion, L., & Morrison, K. (2018). *Research methods in education* (8<sup>th</sup> ed.). Routledge.
- Cohen, S. (2004). Social relationships and health. *American Psychologist*, *59*(8), 676–684. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.59.8.676>
- Cortes, K., Britton, E., Holmes, J. G., & Scholer, A. A. (2020). Our adventures make me feel secure: Novel activities boost relationship satisfaction through felt security. *Journal of Experimental Social Psychology*, *89*, Article 103992. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2020.103992>
- Coulter, K., & Malouff, J. M. (2013). Effects of an intervention designed to enhance romantic relationship excitement: A randomized-control trial. *Couple and Family*

*Psychology: Research and Practice*, 2(1), 34–44.  
<http://dx.doi.org/10.1037/a0031719>

- Crowne, D. P., & Marlowe, D. (1960). A new scale of social desirability independent of psychopathology. *Journal of Consulting Psychology*, 24(4), 349–354. <https://doi.org/10.1037/h0047358>
- Cuesta, M., Fonseca-Pedrero, E., Vallejo, G., & Muñiz, J. (2013). Datos perdidos y propiedades psicométricas en los tests de personalidad. *Anales de Psicología*, 29(1), 285–292. <https://doi.org/10.6018/analesps.29.1.137901>
- Dansereau, F., Seitz, S. R., Chiu, C.-Y., Shaughnessy, B., & Yammarino, F. J. (2013). What makes leadership, leadership? Using self-expansion theory to integrate traditional and contemporary approaches. *The Leadership Quarterly*, 24(6), 798–821. <https://doi.org/10.1016/j.leaqua.2013.10.008>
- Davies, S., Katz, J., & Jackson, J. L. (1999). Sexual desire discrepancies: Effects on sexual and relationship satisfaction in heterosexual dating couples. *Archives of Sexual Behavior*, 28(6), 553–567. <https://doi.org/10.1023/a:1018721417683>
- Davis, J. L., Green, J. D., & Reed, A. (2009). Interdependence with the environment: Commitment, interconnectedness, and environmental behavior. *Journal of Environmental Psychology*, 29(2), 173–180. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2008.11.001>
- Daw, B., & Joseph, S. (2007). Qualified therapists' experience of personal therapy. *Counselling & Psychotherapy Research*, 7(4), 227–232. <https://doi.org/10.1080/14733140701709064>
- de Carvalho, H. M., & Matos, P. M. (2011). Ser e tornar-se psicoterapeuta parte I: Diálogo entre experiências pessoais e profissionais. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 31(1), 80–95. <https://www.scielo.br/j/pcp/a/WQb57fhhkdcSFwxGvMXG6t/?format=pdf&lang=pt>
- de Matos, A. C. (2016). *Nova relação*. Climepsi Editores.
- Dejours, C. (1992). *A loucura do trabalho: Estudo de psicopatologia do trabalho* (5.<sup>a</sup> ed.). Cortez Editora.
- DeWall, C. N., Maner, J. K., Deckman, T., & Rouby, D. A. (2011). Forbidden fruit: Inattention to attractive alternatives provokes implicit relationship reactance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 100(4), 621–629. <https://doi.org/10.1037/a0021749>
- Diener, E., & Seligman, M. E. (2002). Very happy people. *Psychological Science*, 13(1), 81–84. <https://doi.org/10.1111%2F1467-9280.00415>
- Duggal, C., & Rao, M. (2016). Challenges experienced by novice counsellors. In S. Sriram (Ed.), *Counselling in India* (pp. 35–53). Springer. [https://doi.org/10.1007/978-981-10-0584-8\\_3](https://doi.org/10.1007/978-981-10-0584-8_3)

- Dush, C. M. K., Taylor, M. G., & Kroeger, R. A. (2008). Marital happiness and psychological well-being across the life course. *Family Relations*, 57(2), 211–226. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2008.00495.x>
- Eagle, M. N. (2011). *From classical to contemporary psychoanalysis: A critique and integration*. Taylor & Francis.
- Eckler-Hart, A. H. (1987). True and false self in the development of the psychotherapist. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 24(4), 683–692. <https://doi.org/10.1037/h0085768>
- Elman, N. S., Illfelder-Kaye, J., & Robiner, W. N. (2005). Professional development: Training for professionalism as a foundation for competent practice in psychology. *Professional Psychology: Research and Practice*, 36(4), 367–375. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.36.4.367>
- Faleiros, E. A. (2004). Aprendendo a ser psicoterapeuta. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 24(1), 14–27. <https://www.scielo.br/j/pcp/a/MHKG9LxxXDp6jD9Dvm46w7r/?format=pdf&lang=pt>
- Faragher, E. B., Cass, M., & Cooper, C. L. (2005). The relationship between job satisfaction and health: A meta-analysis. *Occupational and Environmental Medicine*, 62(2), 105–112. <https://doi.org/10.1136/oem.2002.006734>
- Faul, F., Erdfelder, E., Lang, A.-G., & Buchner, A. (2007). G\*Power 3: A flexible statistical power analysis program for the social, behavioral, and biomedical sciences. *Behavior Research Methods*, 39(2), 175–191. <https://doi.org/10.3758/bf03193146>
- Feeney, B. C., & Lemay, E. P. Jr. (2012). Surviving relationship threats: The role of emotional capital. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 38(8), 1004–1017. <https://doi.org/10.1177/0146167212442971>
- Feijó, R. M., Júnior, G. E., Nascimento, M. J., & Nascimento, B. N. (2017). Conflito trabalho-família: Um estudo sobre a temática no âmbito brasileiro. *Pensando Famílias*, 21(1), 105–119. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/penf/v21n1/v21n1a09.pdf>
- Fernández, Á. C. (2018). La satisfacción marital: Su relación con la diferenciación del self y la posición en la fratria. [Doctoral thesis, Universidad Pontificia Comillas]. <https://repositorio.comillas.edu/xmlui/bitstream/handle/11531/31694/TFM001032.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ferro, A., & Basile, R. (2009). *The analytic field*. Karnac.
- Fincham, F. D., & Beach, S. R. H. (2010a). Marriage in the new millennium: A decade in review. *Journal of Marriage and Family*, 72(3), 630–649. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00722.x>

- Fincham, F. D., & Beach, S. R. H. (2010b). Of memes and marriage: Towards a positive relationship science. *Journal of Family Theory and Review*, 2(1), 4–24. <https://doi.org/10.1111/j.1756-2589.2010.00033.x>
- Fincham, F. D., Stanley, S. M., & Beach, S. R. H. (2007). Transformative processes in marriage: An analysis of emerging trends. *Journal of Marriage and Family*, 69(2), 275–292. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1741-3737.2007.00362.x>
- Fisher, H. E., Brown, L. L., Aron, A., Strong, G., & Mashek, D. (2010). Reward, addiction, and emotion regulation systems associated with rejection in love. *Journal of Neurophysiology*, 104(1), 51–60. <https://doi.org/10.1152/jn.00784.2009>
- Fivecoat, H. C., Tomlinson, J. M., Aron, A., & Caprariello, P. A. (2014). Partner support for individual self-expansion opportunities: Effects on relationship satisfaction in long-term couples. *Journal of Social and Personal Relationships*, 32(3), 1–18. <https://doi.org/10.1177/0265407514533767>
- Fortune, A. E., McCarthy, M., & Abramson, J. S. (2001). Student learning processes in field education: Relationship of learning activities to quality of field instruction, satisfaction, and performance among MSW students. *Journal of Social Work Education*, 37(1), 111–124. <https://www.jstor.org/stable/23043851>
- Fowers, B. J. (2000). *Beyond the myth of marital happiness*. Jossey-Bass.
- Fowers, B. J., & Olson, D. H. (1993). ENRICH marital satisfaction scale: A brief research and clinical tool. *Journal of Family Psychology*, 7(2), 176–185. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.7.2.176>
- Friedman, D., & Kaslow, N. J. (1986). The development of professional identity in psychotherapists: Six stages in the supervision process. *Clinical Supervisor*, 4(1–2), 29–49. [https://doi.org/10.1300/J001v04n01\\_03](https://doi.org/10.1300/J001v04n01_03)
- Frost, D. M., McClelland, S. I., & Dettmann, M. (2017). Sexual closeness discrepancies: What they are and why they matter for sexual well-being in romantic relationships. *Archives of Sexual Behavior*, 46, 2353–2364. <https://doi.org/10.1007/s10508-017-0960-2>
- Gable, S. L., & Poore, J. (2008). Which Thoughts Count? Algorithms for Evaluating Satisfaction in Relationships. *Psychological Science*, 19(10), 1030–1036. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2008.02195.x>
- Gable, S. L., & Reis, H. T. (2010). Good news! Capitalizing on positive events in an interpersonal context. In M. Zanna & J. Olson (Eds.), *Advances in experimental social psychology* (Vol. 42, pp. 195–257). Elsevier Academic Press.
- Gardner, W. L., Gabriel, S., & Hochschild, L. (2002). When you and I are “we,” you are not threatening: The role of self-expansion in social comparison. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(2), 239–251. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.2.239>

- Garson, G. D. (2012). *Sampling*. Retrieved from <http://www.statisticalassociates.com/sampling.pdf>
- Gordon, C. L., & Baucom, D. H. (2009). Examining the individual within marriage: Personal strengths and relationship satisfaction. *Personal Relationships, 16*(3), 421–435. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2009.01231.x>
- Gordon, C. L., & Luo, S. (2011). The personal expansion questionnaire: Measuring one's tendency to expand through novelty and augmentation. *Personality and Individual Differences, 51*(2), 89–94. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.03.015>
- Graham, J. M. (2008). Self-expansion and flow in couples' momentary experiences: An experience sampling study. *Journal of Personality and Social Psychology, 95*(3), 679–694. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.95.3.679>
- Graham, J. M., & Harf, M. R. (2015). Self-expansion and flow: The roles of challenge skill, affect, and activation. *Personal Relationships, 22*(1), 45–64. <https://doi.org/10.1111/per.12062>
- Grant, J., & Schofield, M. (2007). Career-long supervision: Patterns and perspectives. *Counselling and Psychotherapy Research, 7*(1), 3–11. <https://doi.org/10.1080/14733140601140899>
- Gray, C. E., McIntyre, K. P., Mattingly, B. A., & Lewandowski, G. W. Jr. (2020). Self-concept change at work: Characteristics and consequences of workplace self-expansion. In B. A. Mattingly, K. P. McIntyre, & G. W. Jr. Lewandowski (Eds.), *Interpersonal relationships and the self-concept* (pp. 323–345). Springer. [https://doi.org/10.1007/978-3-030-43747-3\\_12](https://doi.org/10.1007/978-3-030-43747-3_12)
- Gray, C., E., McIntyre, K. P., Mattingly, B. A., & Lewandowski, G. W. (2019). *Follow the (self-expanding) leader: The role of workplace self-expansion*. Unpublished manuscript.
- Gray, L. A., Ladany, N., Walker, J. A., & Ancis, J. R. (2001). Psychotherapy trainees' experience of counterproductive moments in supervision. *Journal of Counseling Psychology, 48*(4), 371–383. <https://doi.org/10.1037//0022-0167.48.4.371>
- Greenberg, J. R., & Mitchell, S. A. (2003). *Relações de objeto na teoria psicanalítica*. Climepsi Editores.
- Hair, J. F., Jr., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2019). *Multivariate data analysis* (8<sup>th</sup> ed.). Cengage Learning.
- Harasymchuk, C., & Fehr, B. (2012). Development of a prototype-based measure of relational boredom. *Personal Relationships, 19*(1), 162–181. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2011.01346.x>
- Harasymchuk, C., & Fehr, B. (2016). *Relational boredom: An appetitive challenge in relationships*. Manuscript submitted for publication.
- Harasymchuk, C., Cloutier, A., Peetz, J., Lebreton, J. (2017). Spicing up the relationship? The effects of relational boredom on shared activities. *Journal of Social and*

- Harasymchuk, C., Muise, A., Bacev-Giles, C., Gere, J., & Impett, E. A. (2020). Broadening your horizon one day at a time: Relationship goals and exciting activities as daily antecedents of relational self-expansion. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37(6), 1910–1926. <https://doi.org/10.1177/0265407520911202>
- Harasymchuk, C., Peetz, J., Fehr, B., & Chowdhury, S. (2020). *Worn-out relationship? The role of expectations in judgments of relational boredom*. Manuscript under review.
- Harasymchuk, C., Walker, D. L., Muise, A., & Impett, E. A. (2021). Planning date nights that promote closeness: The roles of relationship goals and self-expansion. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38(5), 1692–1709. <https://doi.org/10.1177/02654075211000436>
- Heinonen, E., & Nissen-Lie, H. A. (2020). The professional and personal characteristics of effective psychotherapists: A systematic review. *Psychotherapy Research*, 30(4), 417–432. <https://doi.org/10.1080/10503307.2019.1620366>
- Heinonen, E., & Orlinsky, D. E. (2013). Psychotherapists' personal identities, theoretical orientations, and professional relationships: Elective affinity and role adjustment as modes of congruence. *Psychotherapy Research*, 23(6), 718–731. <https://doi.org/10.1080/10503307.2013.814926>
- Heinonen, E., Orlinsky, D., Willutzki, U., Rønnestad, M. H., Schroder, T., Messina, I., Loeffler-Stastka, H., & Hartmann, A. (2022). Psychotherapist trainees' quality of life: Patterns and correlates. *Frontiers in Psychology*, 13, Article 864691. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.864691>
- Hollenbeck, J. R., & Williams, C. R. (1986). Turnover functionality versus turnover frequency: A note on work attitudes and organizational effectiveness. *Journal of Applied Psychology*, 71(4), 606–611. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.71.4.606>
- Holt-Lunstad, J., Smith, T. B., & Layton, B. (2010). Social relationships and mortality risk: A meta-analytic review. *PLoS Medicine*, 7(7), Article e1000316. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000316>
- Hughes, E. K., Lewandowski, G. W., Jr., Mattingly, B. A., McIntyre, K. P., & Branick, A. (2017, January). *Workplace self-expansion: Can you make boring job tasks better?* Poster presented at the 18th Annual Society for Personality and Social Psychology Conference, San Antonio, Texas.
- Hughes, E. K., Slottler, E. B., & Lewandowski Jr., G. W. (2019). Expanding who I am: Validating the self-expansion preference scale. *Journal of Personality Assessment*, 102(6), 792–803. <https://doi.org/10.1080/00223891.2019.1641109>
- Illies, R., Wilson, K. S., & Wagner, D. T. (2009). The spillover of daily job satisfaction onto employees' family lives: The facilitating role of work-family integration.

*Academy of Management Journal*, 52(1), 87–102.  
<https://doi.org/10.5465/AMJ.2009.36461938>

James, W. (1890). *The principles of psychology*. Harvard University Press.

Jurek, P., & Besta, T. (2021). Employees' self-expansion as a mediator between perceived work conditions and work engagement and productive behaviors. *Current Psychology*, 40(6), 3048–3057. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00241-w>

Kass, S. J., Vodanovich, S. J., & Callender, A. (2001). State-trait boredom: Relationship to absenteeism, tenure, and job satisfaction. *Journal of Business and Psychology*, 16(2), 317–327. <https://doi.org/10.1023/A:1011121503118>

Kazantzis, N., Calvert, S. J., Orlinsky, D., & Rooke, S. (2010). Professional development perceptions and activities of psychiatrists and mental health nurses in New Zealand. *The New Zealand Medical Journal*, 123(1317), 24–34. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20657628/>

Kemp, A. H., Arias, J. A., & Fisher, Z. (2017). Social ties, health and wellbeing: A literature review and model. In A. Ibáñez, L. Sedeño, & A. M. García (Eds.), *Neuroscience and social science* (pp. 397–427). Springer International Publishing. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-68421-5\\_17](https://doi.org/10.1007/978-3-319-68421-5_17)

Kiecolt-Glaser, J. K., & Newton, T. L. (2001). Marriage and health: His and hers. *Psychological Bulletin*, 127(4), 472–503. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.127.4.472>

King, K. B., & Reis, H. T. (2012). Marriage and long-term survival after coronary artery bypass grafting. *Health Psychology*, 31(1), 55–62. <https://doi.org/10.1037/a0025061>

Kline, R. B. (2016). *Principles and practice of structural equation modeling* (4<sup>th</sup> ed.). The Guilford Press.

Knee, C. R., Lonsbary, C., Canevello, A., & Patrick, H. (2005). Self-determination and conflict in romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 89(6), 997–1009. [http://selfdeterminationtheory.org/SDT/documents/2005\\_KneeLonsbaryCaneveloPatrick.pdf](http://selfdeterminationtheory.org/SDT/documents/2005_KneeLonsbaryCaneveloPatrick.pdf)

Kolden, G. G., Wang, C. C., Austin, S. B., Chang, Y., & Klein, M. H. (2018). Congruence/genuineness: A meta-analysis. *Psychotherapy*, 55(4), 424–433. <https://doi.org/10.1037/pst0000162>

Kottler, J. A., & Hunter, S. V. (2010). Clients as teachers: Reciprocal influences in therapy relationships. *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*, 31(1), 4–12. <https://doi.org/10.1375/anft.31.1.4>

Krunst, A. (2019). *Length of relationship in the United Kingdom (UK) June 2017, by age group*. Statista. Retrieved June 10, 2022, from <https://www.statista.com/statistics/714186/length-of-relationship-in-the-united-kingdom/>

- Kumaria, S., Bhola, P., & Orlinsky, D. E. (2018). Influences that count: Professional development of psychotherapists and counsellors in India. *Asia Pacific Journal of Counselling and Psychotherapy*, 9(1), 86–106. <https://doi.org/10.1080/21507686.2017.1416416>
- Ladany, N., Hill, C. E., Corbett, M. M., & Nutt, E. A. (1996). Nature, extent, and importance of what psychotherapy trainees do not disclose to their supervisors. *Journal of Counseling Psychology*, 43(1), 10–24. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.43.1.10>
- Lambert, M. J. (2013). The efficacy and effectiveness of psychotherapy. In M. J. Lambert (Ed.), *Bergin and Garfield's handbook of psychotherapy and behavior change* (6<sup>th</sup> ed., pp. 169–219). Wiley.
- Lamiell, J. T. (1995). Rethinking the role of quantitative methods in psychology. In J. A. Smith, R. Harré, & L. Van Langenhove (Eds.), *Rethinking methods in psychology* (pp. 143–162). Sage.
- Le, B., Dove, N. L., Agnew, C. R., Korn, M. S., & Mutso, A. A. (2010). Predicting non-marital romantic relationship dissolution: A meta-analytic synthesis. *Personal Relationships*, 17(3), 377–390. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2010.01285.x>
- Leary, M. R., Tipsord, J. M., & Tate, E. B. (2008). Allo-inclusive identity: Incorporating the social and natural worlds into one's sense of self. In H. A. Wayment & J. J. Bauer (Eds.), *Transcending self-interest: Psychological explorations of the quiet ego* (pp. 137–147). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/11771-013>
- Ledbetter, A. M. (2013). Relational maintenance and inclusion of the other in the self: Measure development and dyadic test of a self-expansion theory approach. *Southern Communication Journal*, 78(4), 289–310. <https://doi.org/10.1080/1041794X.2013.815265>
- Lewandowski, G. W., & Aron, A. P. (2004). Distinguishing arousal from novelty and challenge in initial romantic attraction between strangers. *Social Behavior and Personality*, 32(4), 361–372. <https://doi.org/10.2224/sbp.2004.32.4.361>
- Lewandowski, G. W., Jr., & Ackerman, R. A. (2006). Something's missing: Need fulfillment and self-expansion as predictors of susceptibility to infidelity. *The Journal of Social Psychology*, 146(4), 389–403. <http://dx.doi.org/10.3200/SOCP.146.4.389-403>
- Lewandowski, G. W., Jr., & Aron, A. (2002, February). *The Self-Expansion Scale: Construction and validation*. Paper presented at the Third Annual Meeting of the Society of Personality and Social Psychology, Savannah, GA.
- Linville, P. W. (1987). Self-complexity as a cognitive buffer against stress-related illness and depression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(4), 663–676. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.4.663>



- Lund, T. (2005). The qualitative-quantitative distinction: Some comments. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 49, 115–132. <https://doi.org/10.1080/00313830500048790>
- Machado, C. (2003). Literacia dos afectos. In M. N. Trindade (Ed.), *Literacia e cidadania – Convergências e interfaces*. Évora: Centro de Investigação em Educação “Paulo Freire” (CD-ROM).
- Machado, C. (2006). Em torno do conceito de empatia. Universidade de Évora, Departamento de Psicologia (Documento policopiado).
- Markus, H. (1977). Self-schemata and processing information about the self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35(2), 63–78. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.35.2.63>
- Markus, H., & Wurf, E. (1987). The dynamic self-concept: A social psychological perspective. *Annual Review of Psychology*, 38(1), 299–337. <https://doi.org/10.1146/annurev.ps.38.020187.001503>
- Marôco, J. (2018). *Análise estatística com o SPSS Statistics* (7.<sup>a</sup> ed.). ReportNumber.
- Marôco, J. (2021). *Análise de equações estruturais* (3.<sup>a</sup> ed.). ReportNumber.
- Maslach, C. (1998). A multidimensional theory of burnout. In C. L. Cooper (Ed.), *Theories of organizational stress* (pp. 68–85). Oxford University Press.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Organizational Behavior*, 2(2), 99–113. <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>
- Maslow, A. H. (1968). *Toward a psychology of being* (2nd ed.). Wiley.
- Mattingly, B. A., & Lewandowski, G. W. Jr. (2013a). An expanded self is a more capable self: The association between self-concept size and self-efficacy. *Self and Identity*, 12(6), 621–634. <https://doi.org/10.1080/15298868.2012.718863>
- Mattingly, B. A., & Lewandowski, G. W., Jr. (2013b). The power of one: Benefits of individual self-expansion. *The Journal of Positive Psychology*, 8(1), 12–22. <https://doi.org/10.1080/17439760.2012.746999>
- Mattingly, B. A., & Lewandowski, G. W., Jr. (2014a). Broadening horizons: Self-expansion in relational and non-relational contexts. *Social and Personality Psychology Compass*, 8(1), 30–40. <http://dx.doi.org/10.1111/spc3.12080>
- Mattingly, B. A., Lewandowski, G. W. Jr., & McIntyre, K. P. (2014). “You make me a better/worse person”: A two-dimensional model of relationship self-change. *Personal Relationships*, 21(1), 176–190. <https://doi.org/10.1111/per.12025>
- Mattingly, B. A., McIntyre, K. P., & Lewandowski, G. W. Jr. (2012). Approach motivation and the expansion of self in close relationships. *Personal Relationships*, 19(1), 113–127. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2010.01343.x>

- Mattingly, B. A., McIntyre, K. P., Knee, C. R., & Loving, T. J. (2019). Implicit theories of relationships and self-expansion: Implications for relationship functioning. *Journal of Social and Personal Relationships*, 36(6), 1579–1599. <https://doi.org/10.1177/0265407518768079>
- McConnell, A. R. (2011). The multiple self-aspects framework: Self-concept representation and its implications. *Personality and Social Psychology Review*, 15(1), 3–27. <https://doi.org/10.1177/1088868310371101>
- McIntyre, K. P., Mattingly, B. A., & Lewandowski Jr., G. W. (2015). When “we” changes “me”: The two-dimensional model of relational self-change and relationship outcomes. *Journal of Social and Personal Relationships*, 32(7), 857–878. <https://doi.org/10.1177/0265407514553334>
- McIntyre, K. P., Mattingly, B. A., Lewandowski Jr., G. W., & Simpson, A. (2014). Workplace self-expansion: Implications for job satisfaction, commitment, self-concept clarity, and self-esteem among employed and unemployed. *Basic and Applied Social Psychology*, 36(1), 59–69. <http://dx.doi.org/10.1080/01973533.2013.856788>
- Medeiros, J. T., Aguiar, J., & Barham, J. E. (2017). Entre o conflito e o equilíbrio: Ferramentas para examinar a relação trabalho-família. *Psicologia Argumento*, 35(88), 45–62. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-973019>
- Mesquita, I. (2018). O que há de novo no amor? Climepsi Editores.
- Mesquita, I. (2020a). O processo psicanalítico e a transcendência do self. *Estudos de Psicanálise*, 53, 43–50. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/ep/n53/n53a05.pdf>
- Mesquita, I. (2020b). Relacionamentos amorosos como experiências de ser e de não ser: Uma leitura psicanalítica da função no self do relacionamento amoroso e da repetição. *Estudos de Psicanálise*, 54, 147–160. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/ep/n54/n54a15.pdf>
- Mesquita, I., & Campos, R. C. (2021). O processo psicanalítico e a transformação do self. *Clínica e Investigación Relacional*, 15(2), 386–401. <http://dx.doi.org/10.21110/19882939.2021.150206>
- Messer, S. B., & Gurman, A. S. (Eds.). (2011). *Essential psychotherapies: Theory and practice (3<sup>rd</sup> ed.)*. Guilford Press.
- Messina, I., Gelo, O. C. G., Sambin, M., Bianco, F., Mosconi, A., Fenelli, A., Curto, M., Gullo, S., & Orlinsky, D. (2018). Trainees’ self-evaluation of their development as psychotherapists: An Italian contribution to an international collaborative study on psychotherapy training. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 25(2), 338–347. <https://doi.org/10.1002/cpp.2165>
- Miranda, P., & Ávila, R. (2008). Estimación de la magnitud de la satisfacción marital en función de los años de matrimonio. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 10(2), 57–77. <https://www.redalyc.org/pdf/802/80212387004.pdf>

- Morrow-Bradley, C., & Elliott, R. (1986). Utilization of psychotherapy research by practicing psychotherapists. *American Psychologist*, *41*(2), 188–197. <https://doi.org/10.1037//0003-066x.41.2.188>
- Muise, A., Harasymchuk, C., Day, L. C., Bacev-Giles, C., Gere, J., & Impett, E. A. (2019). Broadening your horizons: Self-expanding activities promote desire and satisfaction in established romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, *116*(2), 237–258. <https://doi.org/10.1037/pspi0000148>
- Muise, A., Stanton, S. C., Kim, J. J., & Impett, E. A. (2016). Not in the mood? Men under- (not over-) perceive their partner's sexual desire in established intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, *110*(5), 725–742. <https://doi.org/10.1037/pspi0000046>
- Murray, S. L., Holmes, J. G., Aloni, M., Pinkus, R. T., Derrick, J. L., & Leder, S. (2009). Commitment insurance: Compensating for the autonomy costs of interdependence in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, *97*(2), 256–278. <https://doi.org/10.1037/a0014562>
- Narciso, I. (1994/1995). Metamorfoses do amor e da satisfação conjugal. *Cadernos de Consulta Psicológica*, *10*(11), 129–139.
- Narciso, I., & Ribeiro, M. (2009). *Olhares sobre a conjugalidade*. Coisas de Ler.
- Neff, L. A., & Karney, B. R. (2004). How does context affect intimate relationships? Linking external stress and cognitive processes within marriage. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *30*(2), 134–148. <https://doi.org/10.1177/0146167203255984>
- Nelson, M. L., & Friedlander, M. L. (2001). A close look at conflictual supervisory relationships: The trainee's perspective. *Journal of Counseling Psychology*, *48*(4), 384–395. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.48.4.384>
- Nissen-Lie, H. A., Havik, O. E., Høglend, P. A., Monsen, J. T., & Rønnestad, M. H. (2013). The contribution of the quality of therapists' personal lives to the development of the working alliance. *Journal of Counseling Psychology*, *60*(4), 483–495. <https://doi.org/10.1037/a0033643>
- Nissen-Lie, H. A., Orlinsky, D., & Rønnestad, M. H. (2021). The emotionally burdened psychotherapist: Personal and situational risk factors. *Professional Psychology Research and Practice*, *52*(5), 429–438. <https://doi.org/10.1037/pro0000387>
- Norcross, J. C. (2005). The psychotherapist's own psychotherapy: Educating and developing psychotherapists. *The American Psychologist*, *60*(8), 840–850. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.60.8.840>
- Norcross, J. C., & Guy, J. D. (2007). *Leaving it at the office: A guide to psychotherapist self-care*. Guilford Press.
- Norcross, J. C., Strausser-Kirtland, D., & Missar, C. D. (1988). The processes and outcomes of psychotherapists' personal treatment experiences. *Psychotherapy*:

- O’Leary, K. D., Acevedo, B. P., Aron, A., Huddy, L., & Mashek, D. (2012). Is long-term love more than a rare phenomenon? If so, what are its correlates? *Social Psychological and Personality Science*, 3(2), 241–249. <https://doi.org/10.1177/1948550611417015>
- Ogolsky, B. G., Monk, J. K., Rice, T. M., Theisen, J. C., & Maniotes, C. R. (2017). Relationship maintenance: A review of research on romantic relationships. *Journal of Family Theory & Review*, 9(3), 275–306. <https://doi.org/10.1111/jftr.12205>
- Orlinsky, D. E., & Rønnestad, M. H. (Eds.). (2005). *How psychotherapists develop: A study of therapeutic work and professional growth*. American Psychological Association.
- Orlinsky, D. E., Norcross, J. C., Rønnestad, M. H., & Wiseman, H. (2005). Outcomes and impacts of the psychotherapist’s own psychotherapy: A research review. In J. D. Geller, J. C. Norcross, and D. E. Orlinsky (Eds.), *The psychotherapist’s own psychotherapy: Patient and clinician perspectives* (pp. 214–230). Oxford University Press.
- Orlinsky, D. E., Rønnestad, M. H., Hartmann, A., Heinonen, E., & Willutzki, U. (2019). The personal self of psychotherapists: Dimensions, correlates, and relations with clients. *Journal of Clinical Psychology*, 76(3), 461–475. <https://doi.org/10.1002/jclp.22876>
- Orlinsky, D., Ambühl, H., Rønnestad, M. H., Davis, J., Gerin, P., Davis, M., Willutzki, U., Botermans, J.-F., Dazord, A., Cierpka, M., Aapro, N., Buchheim, P., Bae, S., Davidson, C., Friis-Jorgensen, E., Joo, E., Kalmykova, E., Meyerberg, J., Northcut, T., Parks, B., Scherb, E., Sehröder, T., Shefler, G., Stiwne, D., Stuart, S., Tarragona, M., Vasco, A. B., Wiseman, H., & SPR Collaborative Research Network. (1999). Development of psychotherapists: Concepts, questions, and methods of a collaborative international study. *Psychotherapy Research*, 9(2), 127–153. <https://doi.org/10.1093/ptr/9.2.127>
- Orlinsky, D., Rønnestad, M. H., Ambühl, H., Willutzki, U., Botersman, J.-F., Cierpka, M., John Davis, & Davis, M. (1999). Psychotherapists' assessments of their development at different career levels. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 36(3), 203–215. <https://doi.org/10.1037/h0087772>
- Parish, S. J., & Hahn, S. R. (2016). The epidemiology and diagnosis of hypoactive sexual desire disorder and causes of HSDD: Situational, depression, drugs, chronic illnesses, and hormonal depletion. In L. Lipshultz, A. Pastuszak, A. Goldstein, A. Giraldi, & M. Perelman (Eds.), *Management of sexual dysfunction in men and women* (pp. 223–232). Springer.
- Pietras, L., & Briken, P. (2021). Inclusion of other in the self and couple’s sexuality: A scoping review. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 47(3), 285–304. <https://doi.org/10.1080/0092623X.2020.1865494>

- Pope, K. S., & Tabachnick, B. G. (1994). Therapists as patients: A national survey of psychologists' experiences, problems, and beliefs. *Professional Psychology: Research and Practice*, 25(3), 247–258. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.25.3.247>
- Rachelson, J., & Clance, P. R. (1980). Attitude of psychotherapists towards the 1970 APA standards for psychotherapy training. *Professional Psychology*, 11(2), 261–267. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.11.2.261>
- Ramos-Sánchez, L., Esnil, E., Goodwin, A., Riggs, S., Touster, L. O., Wright, L. K., Ratanasiripong, P., & Rodolfa, E. (2002). Negative supervisory events: Effects on supervision and supervisory alliance. *Professional Psychology: Research and Practice*, 33(2), 197–202. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.33.2.197>
- Raposo, S., Rosen, N. O., & Muise, A. (2020). Self-expansion is associated with greater relationship and sexual well-being for couples coping with low sexual desire. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37(2), 602–623. <https://doi.org/10.1177/0265407519875217>
- Regan, P. C. (2000). The role of sexual desire and sexual activity in dating relationships. *Social Behavior and Personality*, 28(1), 51–59. <http://dx.doi.org/10.2224/sbp.2000.28.1.51>
- Reissman, C., Aron, A., & Bergen, M. R. (1993). Shared activities and marital satisfaction: Causal direction and self-expansion versus boredom. *Journal of Social and Personal Relationships*, 10(2), 243–254. <https://doi.org/10.1177/026540759301000205>
- Reupert, A. (2006). The counsellor's self in therapy: An inevitable presence. *International Journal for the Advancement of Counseling*, 28(1), 95–105. <https://doi.org/10.1007/s10447-005-9001-2>
- Richman, S. B., Slotter, E. B., Gardner, W. L., & DeWall, C. N. (2015). Reaching out by changing what's within: Social exclusion increases self-concept malleability. *Journal of Experimental Social Psychology*, 57, 64–77. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2014.11.008>
- Rihacek, T., Danelova, E., & Cermak, I. (2012). Psychotherapist development: Integration as a way to autonomy. *Psychotherapy Research*, 22(5), 556–569. <http://dx.doi.org/10.1080/10503307.2012.688883>
- Risch, G. S., Riley, L. A., & Lawler, M. G. (2003). Problematic issues in the early years of marriage: Content for premarital education. *Journal of Psychology and Theology*, 31(3), 253–269. <https://psycnet.apa.org/record/2003-08596-010>
- Rizq, R., & Target, M. (2008). “Not a little Mickey Mouse thing”: How experienced counselling psychologists describe the significance of personal therapy in clinical practice and training: Some results from an interpretative phenomenological analysis. *Counselling Psychology Quarterly*, 21(1), 29–48. <https://doi.org/10.1080/09515070801936578>

- Roberson, P. N. E., Norona, J. C., Lenger, K. A., & Olmstead, S. B. (2018). How do relationship stability and quality affect wellbeing?: Romantic relationship trajectories, depressive symptoms, and life satisfaction across 30 years. *Journal of Child and Family Studies*, 27(7), 2171–2184. <https://doi.org/10.1007/s10826-018-1052-1>
- Robles, T. F., Slatcher, R. B., Trombello, J. M., & McGinn, M. M. (2014). Marital quality and health: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 140(1), 140–187. <https://doi.org/10.1037/a0031859>
- Rodrigues, D. & Lopes, D. (2013). The Investment Model Scale (IMS): Further studies on construct validation and development of a shorter version. *Journal of General Psychology*, 140(1), 16–28. <https://doi.org/10.1080/00221309.2012.710276>
- Rogers, C. R. (1951). *Client-centered therapy; It's current practice, implications, and theory*. Houghton Mifflin.
- Rogers, C. R. (1957). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Journal of Consulting Psychology*, 21(2), 95–103. <https://doi.org/10.1037/h0045357>
- Roggero, A., Vacirca, M., Mauri, A., & Ciairano, S. (2012). The transition to cohabitation: The mediating role of self-efficacy between stress management and couple satisfaction. In M. Vassar (Ed.), *Psychology of life satisfaction* (pp. 147–171). Nova Science Publishers.
- Rolstad, S., Adler, J., & Rydén, A. (2011). Response burden and questionnaire length: Is shorter better? A review and meta-analysis. *Value in Health*, 14(8), 1101–1108. <https://doi.org/10.1016/j.jval.2011.06.003>
- Rønnestad, M. H., & Skovholt, T. M. (2001). Learning arenas for professional development: Retrospective accounts of senior psychotherapists. *Professional Psychology: Research and Practice*, 32(2), 181–187. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.32.2.181>
- Rønnestad, M. H., & Skovholt, T. M. (2003). The journey of the counselor and therapist: Research findings and perspectives on professional development. *Journal of Career Development*, 30(1), 5–44. <https://psycnet.apa.org/record/2003-07508-002>
- Rønnestad, M. H., & Skovholt, T. M. (2013). *The developing practitioner: Growth and stagnation of therapists and counselors*. Routledge.
- Rønnestad, M. H., Orlinsky, D. E., & Wiseman, H. (2016). Professional development and personal therapy. In J. C. Norcross, G. R. VandenBos, D. K. Freedheim, & L. F. Campbell (Eds.), *APA handbook of clinical psychology: Education and profession* (pp. 223–235). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/14774-015>
- Rønnestad, M. H., Orlinsky, D. E., Schröder, T. A., Skovholt, T. M., & Willutzki, U. (2018). The professional development of counsellors and psychotherapists: Implications of empirical studies for supervision, training, and practice.

*Counselling & Psychotherapy Research*, 19(3), 1–17.  
<https://doi.org/10.1002/capr.12198>

Rusbult, C. E., Finkel, E. J., & Kumashiro, M. (2009). The Michelangelo Phenomenon. *Current Directions in Psychological Science*, 18(6), 305–309.  
<https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2009.01657.x>

Rusbult, C. E., Martz, J. M., & Agnew, C. R. (1998). The Investment Model Scale: Measuring commitment level, satisfaction level, quality of alternatives, and investment size. *Personal Relationships*, 5(4), 357–391. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1998.tb00177.x>

Sarin, S., Amsel, R., & Binik, Y. M. (2016). A streetcar named “Derousal”? A psychophysiological examination of the desire–arousal distinction in sexually functional and dysfunctional women. *The Journal of Sex Research*, 53(6), 711–729. <https://doi.org/10.1080/00224499.2015.1052360>

Saxbe, D. E., Beckes, L., Stoycos, S. A., and Coan, J. A. (2019). Social allostasis and social allostatic load: A new model for research in social dynamics, emotion, and stress. *Perspectives on Psychological Science*, 5(2), 469–482.  
<https://doi.org/10.1177/1745691619876528>

Shafer, K., Jensen, T. M., & Larson, J. H. (2014). Relationship effort, satisfaction, and stability: Differences across union type. *Journal of Marital and Family Therapy*, 40(2), 212–232. <https://doi.org/10.1111/jmft.12007>

Sharma, V. K., Suresh, B. (2021). A Study on work–life balance and marital satisfaction of faculty members. In R. J. Kannan, S. Geetha, S. Sashikumar, & C. Diver (Eds.), *International virtual conference on industry 4.0*. Springer.  
[https://doi.org/10.1007/978-981-16-1244-2\\_39](https://doi.org/10.1007/978-981-16-1244-2_39)

Sheets, V. L. (2014). Passion for life: Self-expansion and passionate love across the life span. *Journal of Social and Personal Relationships*, 31(7), 958–974.  
<https://doi.org/10.1177/0265407513515618>

Sheets, V., Panaccia, L., & Sandrick, C. (2012, July). *Individual differences in self-expansion motives, experiences, and passionate love*. Paper presented at the International Association for Relationship Research 2012 Conference, Chicago, IL.

Skovholt, T. M. & Rønnestad, M. H. (1992b). *The evolving professional self: Stages and themes in therapist and counselor development*. John Wiley & Sons.

Skovholt, T. M., & Jennings, L. (2004). *Master therapists: Exploring expertise in therapy and counselling*. Allyn & Bacon.

Skovholt, T. M., & Rønnestad, M. H. (1995). *The evolving professional self: Stages and themes in therapist and counsellor development*. Wiley.

Skovholt, T.M., & Rønnestad, M.H. (1992a). Themes in therapist and counselor development. *Journal of Counseling & Development*, 70(4), 505–515.  
<https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1992.tb01646.x>

- Slatcher, R. B. (2010). When Harry and Sally met Dick and Jane: Creating closeness between couples. *Personal Relationships*, 17(2), 279–297. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1475-6811.2010.01276.x>
- Slatcher, R. B., & Selcuk, E. (2017). A social psychological perspective on the links between close relationships and health. *Current Directions in Psychological Science*, 26(1), 16–21. <https://doi.org/10.1177/0963721416667444>
- Slotter, E. B., & Gardner, W. L. (2009). Where do “you” end and “I” begin? Evidence for anticipatory, motivated self-other integration between relationship partners. *Journal of Personality and Social Psychology*, 96(6), 1137–1151. <https://doi.org/10.1037/a0013882>
- Slotter, E. B., & Gardner, W. L. (2012b). The dangers of dating the “bad boy” (or girl): Romantic desire encourages the adoption of even negative qualities of potential partners. *Journal of Experimental Social Psychology*, 48(5), 1173–1178. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2012.05.007>
- Slotter, E. B., & Kolarova, L. (2020). Making sure you see the real me: The role of self-esteem in spontaneous self-expansion. *Social Psychological and Personality Science*, 11(1), 46–55. <https://doi.org/10.1177/1948550619843982>
- Smith, A., Lyons, A., Ferris, J., Richters, J., Pitts, M., Shelley, J., & Simpson, J. M. (2011). Sexual and relationship satisfaction among heterosexual men and women: The importance of desired frequency of sex. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 37(2), 104–115. <http://dx.doi.org/10.1080/0092623X.2011.560531>
- Spector, P. E. (2019). Do not cross me: Optimizing the use of cross-sectional designs. *Journal of Business and Psychology*, 34, 125–137. <https://doi.org/10.1007/s10869-018-09613-8>
- Spiegel, J. P. (1956). Factors in the growth and development of the psychotherapist. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 4(1), 170–175. <https://doi.org/10.1177/000306515600400109>
- Stanton, S. C. E., Spence, K., Kähkönen, J. E., & Dobson, K. (2020). Individual and dyadic associations among relational self-expansion potential, affect, and perceived health. *Personal Relationships*, 27(3), 550–570. <https://doi.org/10.1111/per.12331>
- Strømme, H. (2012). Confronting helplessness: A study of the acquisition of dynamic psychotherapeutic competence by psychology students. *Nordic Psychology*, 64(3), 203–217. <https://doi.org/10.1080/19012276.2012.731314>
- Strong, G., & Aron, A. (2006). The effect of shared participation in novel and challenging activities on experienced relationship quality: Is it mediated by high positive affect? In K.D. Vohs & E.J.Finkel (Eds.), *Self and relationships: Connecting intrapersonal and interpersonal processes* (pp. 342–359). Guilford Press.
- Sullivan, M., Skovholt, T. M., & Jennings, L. (2004). Master therapists’ construction of the working alliance. In T. M. Skovholt & L. Jennings (Eds.), *Master therapists: Exploring expertise in therapy and counseling*. Allyn & Bacon.



- Tesser, A., Millar, M., & Moore, J. (1988). Some affective consequences of social comparison and reflective processes: The pain and pleasure of being close. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(1), 49–61. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.54.1.49>
- Tomlinson, J. M., & Aron, A. (2013). The path to closeness: A mediational model for overcoming the risks of increasing closeness. *Journal of Social and Personal Relationships*, 30(6), 805–812. <https://doi.org/10.1177/0265407512469137>
- Tomlinson, J. M., Hughes, E. K., Lewandowski, G. W., Aron, A., & Geyer, R. (2018). Do shared self-expanding activities have to be physically arousing. *Journal of Social and Personal Relationships*, 36(9), 2718–2801. <https://doi.org/10.1177/0265407518801095>
- Trudel, G. (2011). Sexuality and marital life: Results of a survey. *Journal of sex & Marital therapy*, 28(3), 229–249. <https://doi.org/10.1080/009262302760328271>
- Tsapealas, I., Aron, A., & Orbach, T. (2009). Marital boredom now predicts less satisfaction 9 years later. *Psychological Science*, 20(5), 543–545. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2009.02332.x>
- Tsapealas, I., Beckes, L., & Aron, A. (2020). Manipulation of self-expansion alters responses to attractive alternative partners. *Frontiers in Psychology*, 11, Article e938. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00938>
- VanderDrift, L. E., Lewandowski, G. W. Jr., & Agnew, C. R. (2011). Reduced self-expansion in current romance and interest in relationship alternatives. *Journal of Social and Personal Relationships*, 28(3), 356–373. <https://doi.org/10.1177/0265407510382321>
- VanZandt, C. E. (1990). Professionalism: A matter of personal initiative. *Journal of Counseling and Development*, 68(3), 243–245. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1990.tb01367.x>
- Walsh, C. M., Neff, L. A., & Gleason, M. E. (2017). The role of emotional capital during the early years of marriage: Why everyday moments matter. *Journal of Family Psychology*, 31(4), 513–519. <https://doi.org/10.1037/fam0000277>
- Walsh, J. E. (1962). *Handbook of nonparametric statistics: Investigation of randomness, moments, percentiles and distributions*. Nostrand Company Inc.
- Wampold, B. E. (2007). Psychotherapy: The humanistic (and effective) treatment. *American Psychologist*, 62(8), 857–873. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.62.8.857>
- Wampold, B. E., Baldwin, S. A., Holtforth, M., & Imel, Z. E. (2017). What characterizes effective therapists? In L. G. Castonguay & C. E. Hill (Eds.), *How and why are some therapists better than others? Understanding therapist effects* (pp. 37-54). American Psychological Association.
- Watkins, C. E. (1997). *Handbook of psychotherapy supervision*. Wiley.

- Weinstein, N., Rodriguez, L. M., Knee, C. R., & Kumashiro, M. (2016). Self-determined self-other overlap: Interacting effects on partners' perceptions of support and well-being in close relationships. *Journal of Research in Personality*, *65*, 130–139. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2016.10.011>
- Welwood, J. (1990). *Journey of the heart: Intimate relationship and the path of love*. HarperCollins.
- Whitman, S. M., & Jacobs, E. G. (1998). Responsibilities of the psychotherapy supervisor. *American Journal of Psychotherapy*, *52*(2), 166–175. <https://doi.org/10.1176/appi.psychotherapy.1998.52.2.166>
- Wiseman, H., & Shefler, G. (2001). Experienced psychoanalytically oriented therapists' narrative accounts of their personal therapy: Impacts on professional and personal development. *Psychotherapy*, *38*(2), 129–141. <https://doi.org/10.1037/0033-3204.38.2.129>
- Wood, J., de Santis, C., Desmarais, S., & Milhausen, R. (2021). Motivations for engaging in consensually non-monogamous relationships. *Archives of Sexual Behavior*, *50*(4), 1253–1272. <https://doi.org/10.1007/s10508-020-01873-x>
- Wright, S. C., Aron, A., & Tropp, L. R. (2002). Including others (and groups) in the self: Self-expansion and intergroup relations. In J. P. Forgas & K. D. Williams (Eds.), *The social self: Cognitive, interpersonal, and intergroup perspectives* (pp. 343–368). Psychology Press.
- Wright, S. C., McLaughlin-Volpe, T., & Brody, S. M. (2004, January). *Seeking and finding an expanded "me" outside my ingroup: Outgroup friends and self-change*. Presentation at the Society for Personality and Social Psychology conference, Austin, TX.
- Xiong, J., Lipsitz, O., Nasri, F., Lui, L. M. W., Gill, H., Phan, L., Chen-Li, D., Jacobucci, M., Ho, R., Majeed, A., & McIntyre, R. S. (2020). Impact of COVID-19 pandemic on mental health in the general population: A systematic review. *Journal of Affective Disorders*, *277*, 55–64. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.08.001>
- Xu, X., Aron, A., Brown, L., Cao, G., Feng, T., & Weng, X. (2011). Reward and motivation systems: A brain mapping study of early-stage intense romantic love in Chinese participants. *Human Brain Mapping*, *32*(2), 249–257. <https://doi.org/10.1002/hbm.21017>
- Xu, X., Floyd, A. L., Westmaas, J. L., & Aron, A. (2010). Self-expansion and smoking abstinence. *Addictive Behaviors*, *35*(4), 295–301. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2009.10.019>
- Xu, X., Lewandowski Jr., G., & Aron, A. (2019). The self-expansion model and relationship maintenance. In B. G. Ogolsky, & J. K. Monk (Eds.), *Theories of relationship maintenance: Theory, process, and context* (pp. 86–105). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/9781108304320.006>
- Xu, X., Lewandowski, G. W., Jr, & Aron, A. (2016). The self-expansion model and optimal relationship development. In C. R. Knee & H. T. Reis (Eds.), *Positive*

*approaches to optimal relationship development* (pp. 89–100). Cambridge University Press.

Yalom, I. D. (1989). *Love's executioner and other tales of psychotherapy*. Penguin Books.

Yung, Y.-F., & Bentler, P. M. (1996). Bootstrapping techniques in analysis of mean and covariance structures. In G. A. Marcoulides & R. E. Schumacker (Eds.), *Advanced structural equation modeling: Issues and techniques* (pp. 195–226). Lawrence Erlbaum Associates.

Zeki, S., & Romaya, J. P. (2010). The brain reaction to viewing faces of opposite and same sex romantic partners. *PLoS ONE*, 5(12), Article e15802. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0015802>