

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO CARLOS-UFSCar**  
**CENTRO DE EDUCAÇÃO E CIÊNCIAS HUMANAS-CECH**  
**DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA**

**Correlação entre inteligência emocional, suporte social e dependência emocional em relacionamentos amorosos no Brasil.**

Projeto de pesquisa de Monografia financiado pela Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo (FAPESP).

**Discente:** Victória Assis Lima

**Orientador:** Prof. Dr. Fabiano Koich Miguel

São Carlos - SP  
2025

## Resumo

A inteligência emocional (IE) tem sido amplamente estudada como um fator crucial para o bem-estar psicológico e o sucesso interpessoal. A IE está associada a diversas áreas da vida, incluindo a qualidade dos relacionamentos amorosos, influenciando significativamente esses vínculos. No entanto, alguns desses relacionamentos podem ser disfuncionais e prejudiciais para os indivíduos envolvidos, especialmente quando há dependência emocional (DE). A DE é caracterizada por um padrão de comportamentos e crenças centradas no parceiro íntimo, deixando o indivíduo dependente emocional vulnerável a sofrimentos psíquicos, violências e tentativas de suicídio. Embora a IE possa potencialmente atuar como um fator protetor contra a DE, pesquisas sobre essa correlação ainda são escassas no Brasil. Além disso, situações estressantes e vulneráveis podem ser amenizadas com um suporte social (SS) de qualidade, proveniente de redes de amigos, familiares ou outros grupos sociais. Assim, hipotetiza-se que indivíduos com maior desenvolvimento de inteligência emocional e que percebem suporte social de qualidade possuem menor dependência emocional. Neste contexto, o presente estudo busca explorar a relação entre IE, DE e SS. O objetivo é investigar a relação entre a inteligência emocional, dependência emocional e suporte social em pessoas que estão em relacionamentos amorosos no Brasil. O projeto utilizará uma abordagem quantitativa, contará com instrumentos para avaliar inteligência emocional (TOHE, QoRE, QoE), dependência emocional (CDE) e suporte social (EPSUS-A), em uma amostra diversificada de adultos que estão em um relacionamento amoroso. Espera-se que os resultados aqui encontrados possam servir como referência para o desenvolvimento de futuras intervenções e tratamentos psicológicos no manejo da DE.

*Palavras-chave:* inteligência emocional; dependência emocional; suporte social; avaliação psicológica; relacionamentos.

## Introdução

Inteligência Emocional (IE) é um construto relativamente recente na Psicologia, proposto em 1990 pelos pesquisadores John Mayer e Paul Salovey, sendo compreendida como um conjunto de capacidades intelectuais que abrange tanto os aspectos emocionais quanto os processos cognitivos, sendo essa abordagem conhecida como o modelo cognitivo de IE. De maneira geral, a IE é a capacidade de reconhecer, entender e gerenciar os próprios estados emocionais e os dos outros; compreender as emoções e como elas se relacionam com os eventos do cotidiano; gerenciar essas informações com o objetivo de regular os estados emocionais e vivenciar as interações sociais de forma mais saudável e positiva (Mayer & Salovey, 1997; Miguel, 2021). Esse modelo, bastante pesquisado atualmente, propõe quatro grandes componentes que compõem a inteligência emocional: percepção emocional; facilitação do pensamento; compreensão emocional; e gerenciamento emocional (Mayer et al., 2016).

A percepção emocional refere-se à capacidade de identificar os estados emocionais, reconhecer e nomear as emoções em si mesmo e nos outros, assim como reconhecer informações emocionais em objetos, música e arte. O segundo componente, a facilitação do pensamento, engloba a capacidade de usar o estado de humor para gerar e adequar as emoções. A compreensão emocional envolve a capacidade de entender como as emoções surgem, se misturam e se alteram no decorrer do tempo. A compreensão requer um raciocínio elaborado pois exige uma capacidade de leitura do contexto para identificar quais fatores da experiência contribuíram para o estado emocional, e também deduzir o que poderá acontecer em consequência dele. Por fim, o quarto componente de IE do modelo cognitivo, o gerenciamento emocional, refere-se às capacidades de regulação e manutenção dos estados emocionais em si e nos outros, a fim de obter um maior desenvolvimento pessoal e desenvolver melhores interações sociais (Caruso et al., 2015; Mayer et al., 2011; 2016; Salovey et al., 2008).

Para os autores Mayer e Salovey, a IE deve ser definida exclusivamente pelos aspectos cognitivos, excluindo os traços de personalidade (Mayer et al., 2016). Em contrapartida, existem modelos mistos de inteligência emocional, que enfatizam a importância tanto dos aspectos cognitivos quanto dos traços de personalidade. Entre esses, o modelo de traço de inteligência emocional, proposto por Konstantinos V. Petrides em 2001, é o de maior destaque atualmente e possui maior volume de estudos científicos (Petrides & Furnham, 2001).

O modelo traço de inteligência emocional considera o construto dentro da área da personalidade, focando nas percepções que o indivíduo possui das suas próprias capacidades, que assemelha-se ao conceito de autoeficácia. Desse modo, a partir deste modelo, a avaliação é feita por meio de instrumentos de autorrelato. Assim, o traço inteligência emocional refere-se ao autoconceito sobre as próprias experiências emocionais e os recursos para lidar com elas, incorporando traços de personalidade. Esse modelo complementa o modelo cognitivo que trata das habilidades reais do indivíduo. Os componentes de traço de inteligência são distintos do modelo cognitivo, abrangendo 15 tipos diferentes de autopercepções, organizados em quatro grandes áreas: bem-estar, sociabilidade, emocionalidade e autocontrole (Petrides et al., 2016).

A área do bem-estar relaciona-se ao sentimento de felicidade e plenitude ao considerar suas expectativas para o futuro e suas conquistas anteriores. A segunda área é a sociabilidade, e está relacionada à qualidade percebida nas interações sociais e ao nível de segurança que o indivíduo sente ao se relacionar com os outros. A terceira área do modelo traço é a emocionalidade, relacionada às experiências emocionais e à qualidade delas, abrangendo percepção das emoções (como o indivíduo percebe o que ele ou outras pessoas estão vivenciando); expressão das emoções (competência percebida em comunicar sentimentos aos outros); relacionamentos (refere-se a qualidade percebida das relações interpessoais mais próximas, como relações amorosas e familiares); empatia (auto percepção do quanto o indivíduo consegue ou tem o desejo de se colocar no lugar do outro). Por fim, a quarta área do modelo de traço é a autocontrole, refere-se a como o indivíduo gerencia seus desejos e necessidades. Além disso, envolve a regulação das emoções, que é a capacidade de controlar emoções negativas e prolongar estados positivos (Petrides et al., 2016).

Como exposto, o construto IE é abrangente e atualmente estudado a partir dos dois modelos apresentados, o cognitivo e o de traço. Ambos abordam as vivências emocionais, mas seus componentes e formas de avaliação do construto são descritas de maneira expressivamente distintas. Justamente pela complexidade do construto e pela gama de temáticas que aborda é que a inteligência emocional pode ser associada a diferentes áreas e contextos. Pesquisadores trazem estudos correlacionando a IE com diferentes áreas da vida, como estresse, vida organizacional e relacionamentos amorosos (Miguel, 2006; Cobêro, 2004; Ferreira, 2018). Esses estudos destacam a importância da IE para a adaptação ao meio e como ela pode contribuir para o desenvolvimento pessoal e para as relações interpessoais e afetivas. Além disso, mostram que pessoas que possuem um maior nível de IE tendem a

apresentar mais bem-estar, qualidade de vida, maior autoestima e uma melhor qualidade de suas relações e relacionamentos (Villena Barrera, 2023).

Considerando o aspecto de relacionamentos, um possível campo de estudos é a relação entre IE e Dependência Emocional (DE). Para entender essa dinâmica, é importante compreender primeiro o construto DE. Caracterizado como um padrão de comportamentos que exprimem uma extrema necessidade emocional do indivíduo em relação à sua parceria, este padrão envolve aspectos cognitivos e emocionais sempre centrados no parceiro íntimo como fonte de satisfação, validação emocional, segurança pessoal e realização (Castelló, 2005; Hirschfeld et al., 1977). Frequentemente, as pessoas dependentes emocionais apresentam sintomas como submissão e idealização da parceria, medo extremo de abandono, baixa autoestima, autonegligência, perda de identidade, autonomia e individualidade (Castelló, 2005; Nonato & da Silva, 2022).

Por conseguinte, essa forma de se relacionar implica no desenvolvimento de crenças disfuncionais sobre o amor, a vida conjugal e sobre si mesmo. Essas crenças levam os indivíduos dependentes a acreditarem que suas vidas só podem ser satisfatórias e construídas dentro de um relacionamento amoroso, ainda que esse relacionamento seja disfuncional, cause insatisfações, seja violento ou exija muito de si (Castelló, 2005; Hirschfeld et al., 1977; Lemos Hoyos & Londoño, 2006).

Embora pesquisas que investiguem a DE ainda sejam poucas e recentes (Bution & Wechsler, 2016), algumas delas têm apontado a DE como um dos fatores de risco para a violência e a permanência em relacionamentos com violência entre parceiros íntimos (VPI) (Bornstein, 2006, 2012; Charkow & Nelson, 2000). Além disso, mostram que indivíduos dependentes emocionais apresentam maiores riscos de terem comportamentos autodestrutivos, maior propensão a cometer suicídio ou parassuicídio. Estes atos, por consequência da impulsividade e baixa tolerância à frustração que dependentes emocionais comumente possuem, são utilizados como ferramentas para tentar impedir o abandono por parte do parceiro (Bornstein, 2012).

Diante do exposto, nota-se que a DE tem implicações severas e danosas, podendo levar a prejuízos na segurança física e psicológica dos indivíduos que convivem com ela (Bornstein, 2012). Essa temática requer estudos para verificar cientificamente o que ocorre com esses indivíduos, quais as melhores formas de intervenção ou prevenção e quais fatores podem minimizar a DE. Apesar de no Brasil haver poucas pesquisas que explorem esse tema e que investiguem quais fatores podem minimizar a DE, a literatura estrangeira tem

produzido estudos articulando relações positivas entre inteligência emocional e a diminuição dos sintomas de dependência emocional.

Pesquisadores apontam que pessoas que gerenciam e regulam suas emoções de maneira eficaz, tendem a ser menos dependentes (Valencia Arévalo, 2019). Da mesma forma, Mariño Córdova & Vargas Espín (2023) concluíram em seu estudo que aqueles que adotam uma reavaliação cognitiva dos eventos e transformam seus pensamentos negativos em positivos conseguem gerenciar suas emoções de forma mais eficaz, o que também reduz a propensão à DE.

Além da relação que a DE pode ter com a IE, pesquisadores apontam que a dependência emocional pode ser amenizada por outros fatores de proteção (López-Fuentes e Calvete, 2015; Momeñe et al, 2021), como redes de apoio e de suporte. De acordo com Barreto (2018), uma rede de apoio e suporte sólidos é um facilitador para que pessoas saiam de contextos abusivos, comum em situações de DE. Um dos fatores de proteção amplamente estudado pelo campo da Psicologia e das Ciências Humanas é o Suporte Social (SS). Este conceito multidimensional refere-se aos recursos psicológicos, materiais e informacionais oferecidos aos indivíduos por meio de suas relações interpessoais durante situações estressantes (Rodríguez & Cohen, 1998). Refere-se ao processo pelo qual os indivíduos gerenciam esses recursos para atender às necessidades sociais. Quando recebido com qualidade e de forma reforçadora, o SS pode reduzir os efeitos de eventos adversos e estressores, proporcionando uma melhoria na qualidade de vida (Rodríguez & Cohen, 1998; Matsukura et al., 2002; Cardoso & Baptista, 2014).

Ainda nessa linha teórica, Rodríguez e Cohen (1998) e Cardoso e Baptista (2014) destacam distinções entre medidas que avaliam o suporte social, especialmente a distinção entre o suporte social estrutural e o funcional. As medidas do suporte estrutural referem-se à extensão das relações sociais, como a existência de um grupo de amigos, parentes, o estado civil e a participação em grupos religiosos, ou seja, trata-se das atividades sociais em grupo de cada indivíduo. Já as medidas do suporte funcional referem-se aos recursos psicológicos e materiais disponíveis em cada relação interpessoal. Ele é dividido em: instrumental (refere-se ao recurso material e/ou financeiro oferecido por um indivíduo ao outro); informacional (refere-se à difusão de informações importantes para enfrentar dificuldades); e emocional (trata-se da empatia, do cuidado e da confiança oferecidas nas relações sociais). A análise do SS não se limita ao aspecto quantitativo, ou seja, ao número de pessoas envolvidas nas dimensões do suporte (material, informacional e emocional), como também deve ser explorada a qualidade dessas relações (Cardoso & Baptista, 2014).

Conforme apresentado, fatores de proteção, como o suporte social, podem amenizar situações complicadas e ajudar os indivíduos a manejá-las de forma mais adequada. Sendo assim, o suporte social pode ser um possível mediador em situações de DE. Além disso, como exposto, a inteligência emocional e a dependência emocional podem influenciar diversos aspectos da vida e dos relacionamentos. Também foi observado que a DE pode ter impactos negativos e severos para a vida das pessoas dependentes emocionais. No entanto, até a escrita deste estudo, não foi possível identificar pesquisas brasileiras que abordam as relações entre IE e DE. Ademais, não foi possível encontrar estudos que correlacionam esses três construtos em conjunto, investigando possíveis relações e como elas se articulam.

Nesse sentido, percebe-se a existência de uma lacuna a ser explorada a respeito do potencial prático da inteligência emocional e do suporte social em serem fatores de proteção para os sintomas de DE. Diante do exposto, nota-se a necessidade de pesquisar a articulação desses três construtos em conjunto, a fim de investigar se há relações entre eles. Portanto, o objetivo do presente estudo é investigar a correlação entre a inteligência emocional, dependência emocional e suporte social em pessoas que estão em relacionamentos amorosos no Brasil, de maneira que os resultados aqui encontrados possam servir como referência para o desenvolvimento de futuras intervenções e tratamentos psicológicos.

### **Objetivos:**

#### *Geral:*

O objetivo desta pesquisa foi investigar a relação entre a inteligência emocional, dependência emocional e suporte social em pessoas que estão em relacionamentos amorosos no Brasil.

#### *Objetivos específicos:*

- a) Correlacionar inteligência emocional e dependência emocional.
- b) Correlacionar inteligência emocional e suporte social.
- c) Correlacionar dependência emocional e suporte social.
- d) Compreender a inter relação dos construtos inteligência emocional, dependência emocional e suporte social.

### **Hipóteses**

Diante das informações apresentadas, o presente estudo teve como hipóteses (1) pessoas com altos níveis de inteligência emocional podem apresentar menores níveis de dependência emocional; (2) Por outro lado, supõe-se que pessoas com altos níveis de dependência emocional tendem a perceber uma menor qualidade em seu suporte social e apresentam menores índices de desenvolvimento de inteligência emocional.

## **Método**

### **Participantes**

Participaram do estudo 321 pessoas, mas foram consideradas como respostas válidas para fins de análises 318 participantes. Os participantes incluídos no estudo foram pessoas maiores de 18 anos e que estavam em um relacionamento amoroso. A idade média foi de 34,05 anos (DP = 10,38; intervalo 18–73,7), indicando uma amostra adulta e heterogênea. Quanto ao sexo, 229 (72%) se identificaram como feminino e 89 (28%) como masculino; 3 participantes não informaram o gênero.

Em relação à escolaridade, 4 participantes (1,2%) possuíam até o ensino fundamental, 42 (13,1%) haviam concluído o ensino médio, 176 (54,8%) possuíam ensino superior e 99 (30,8%) tinham pós-graduação. Quanto à distribuição regional, 9 participantes (2,8%) eram da região Norte, 37 (11,5%) do Nordeste, 33 (10,3%) do Centro-Oeste, 213 (66,4%) do Sudeste e 29 (9,0%) da região Sul, indicando predominância de participantes das regiões Sudeste e, em menor proporção, Nordeste e Centro-Oeste.

Foram excluídos das análises participantes que não eram brasileiros e/ou que possuíam dificuldades com aparelhos eletrônicos e meios digitais.

### **Instrumentos**

Os instrumentos foram utilizados o questionário de caracterização sociodemográfica, o Teste de Organização de Histórias Emocionais (TOHE), Questionário Online de Regulação Emocional (QoRE), Questionário Online de Empatia (QoE), Cuestionario de Dependência Emocional (CDE), Escala de Percepção Social de Suporte - Versão adulta (EPSUS-A).

#### *Questionário sociodemográfico:*

O questionário sociodemográfico tem a finalidade de levantar dados que potencialmente poderão estar relacionados aos futuros resultados da pesquisa e também de

verificar os critérios de inclusão e exclusão. Serão coletados os seguintes dados: Idade; identidade de gênero; nível de escolaridade; localização (Unidade Federativa); orientação sexual; tempo e tipo de relacionamento (monogâmico ou não-monogâmico).

*Teste de Organização de Histórias Emocionais (TOHE; Miguel, 2021).*

TOHE é composto por 11 itens, apresentados em forma de desenhos embaralhados com os quais os participantes devem organizar em uma história com sequência cronológica coerente. O TOHE é dividido em dois escores: Organização (TOHE-O) e Sociabilidade (TOHE-S). O primeiro escore está relacionado ao aspecto cognitivo e avalia a capacidade de entender a origem e a mudança das emoções, identificar expressões emocionais nos outros e usar o raciocínio fluido. Já o TOHE-S está relacionado a um aspecto de personalidade, pois avalia a capacidade de ser agradável, cuidadoso na comunicação, a qualidade das interações pessoais e a maturidade emocional. Para a realização deste teste leva-se entre 8 a 10 minutos.

*Questionário Online de Regulação Emocional (QoRE; Miguel, 2021)*

O QoRE é composto por 15 itens em formato de frases como: “Eu fico nervoso(a) com facilidade”; “Quando fico ansioso(a), sei que vou conseguir achar uma solução”, as quais os participantes deverão assinalar com que frequência elas acontecem, para isso é utilizado uma escala Likert de cinco pontos variando entre “Nunca” a “Sempre”. O QoRE apresenta quatro escores: Controle da impulsividade e irritabilidade; Controle da sobrecarga emocional; Resiliência; Escore total do teste, representado pela soma das pontuações dos três anteriores. Para a realização deste teste leva-se em média 2 minutos.

*Questionário Online de Empatia ( QoE; Miguel, 2021)*

O QoE é composto por 15 itens em formato de frases como: “Eu me sinto mal quando mostram gente sofrendo na TV”; “Se as pessoas em volta estão tristes, eu fico triste também”, às quais os participantes deverão assinalar com que frequência elas acontecem, para isso é utilizado uma escala Likert de cinco pontos variando entre “Nunca” a “Sempre”. O QoE apresenta quatro escores, sendo o quarto o Escore total que é representado pela soma dos outros três fatores: Responsividade, refere-se à empatia afetiva (capacidade de experimentar as mesmas emoções que os outros); Respeito, refere-se à empatia cognitiva (capacidade de compreender os pensamentos, sentimentos e reações emocionais dos outros); Disponibilidade, refere-se à empatia compassiva (desejo de se disponibilizar para ajudar as outras pessoas). Para a realização deste teste leva-se em média 3 minutos.

*Cuestionario de Dependência Emocional* (CDE; Fonsêca, Couto, Silva, Guimarães & Machado, 2020).

O Cuestionario de Dependência Emocional adaptado e validado para a realidade brasileira é um instrumento que mensura a DE e apresenta qualidades psicométricas adequadas. O CDE considera as características psicológicas baseadas nas concepções pessoais sobre si mesmo e os outros, além de abordar estímulos particularmente ameaçadores e estratégias interpessoais. O instrumento é composto por 23 itens contendo perguntas como: “Sinto medo que meu(minha) parceiro(a) me abandone”, “Afasto-me muito dos meus amigos quando estou em um relacionamento amoroso”. As possibilidades de respostas são colocadas em uma escala Likert de seis pontos que variam de “completamente falso em mim” (1 ponto) “descreve-me perfeitamente” (6 pontos).

*Escala de Percepção Social de Suporte - Versão adulta* (EPSUS-A; Cardoso e Baptista., 2014).

O EPSUS é um instrumento estruturado que possui o objetivo de avaliar a percepção social de suporte dos participantes, considerando suas possíveis três fontes: emocional, instrumental e informacional. A escala é composta por 77 itens como “Posso contar com pessoas que me convidam para atividade de lazer”, “Posso contar com pessoas que me auxiliam em momentos de tomadas de decisões em minha vida”. Os itens serão respondidos por meio de uma escala tipo Likert de quatro pontos (Sempre; Muitas vezes; Poucas vezes; Nunca), com pontuação variando entre 0 e 231, indicando que quanto maior a pontuação na escala, maior a percepção de suporte social.

### **Aspectos Éticos**

O projeto foi encaminhado para o Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (CEP), sendo elaborado em acordo com a Resolução 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde (CNS). Os participantes que concordaram em participar do estudo leram e concordaram com os termos apresentados no Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

### **Procedimentos**

O projeto foi enviado ao Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (CEP). Após sua aprovação, a pesquisa foi aplicada, sendo que todos os testes estavam disponíveis

em uma plataforma online gerenciada pela pesquisadora e o orientador. O convite para a participação da pesquisa foi realizado por meio das mídias sociais. Também foi solicitado ao participante que colaborasse na divulgação da pesquisa (técnica bola de neve). Não havia lista de transmissão com a identificação dos participantes, e também não existia nenhum tipo de grupo online que reunia os participantes desta pesquisa.

No convite para a pesquisa, foi apresentado o objetivo do estudo, incluindo o link para o sistema de aplicação. Inicialmente as pessoas participantes leram o TCLE e realizaram a concordância digital do mesmo. Caso elas não quisessem participar da pesquisa, bastava fechar o site, sem que nenhuma informação fosse registrada.

Após concordar com o TCLE, as pessoas participantes responderam ao questionário sociodemográfico. Em seguida, aos testes TOHE, QoRE e QoE, descritos anteriormente na seção instrumentos. Ao final, os questionários de dependência emocional e a escala de percepção de suporte social.

Os dados das pessoas participantes foram armazenados em um banco de dados eletrônicos, protegido por senhas conhecidas apenas pela pesquisadora e pelo orientador responsável.

### **Análise de dados**

O formulário online realizou automaticamente o registro das respostas das pessoas participantes e os dados coletados foram armazenados em um banco de dados para a realização das análises estatísticas. Inicialmente foram conduzidas estatísticas descritivas, segundo medidas de tendência central, dispersão e frequências para verificar a distribuição dos escores dos instrumentos e decidir a necessidade de análises paramétricas ou não-paramétricas. Em seguida, a fim de testar as hipóteses iniciais foram conduzidas análises estatísticas de correlação entre as variáveis IE, DP e SS. Para a interpretação dos níveis de correlação, considerou-se ao redor de 0,10 como leves, ao redor de 0,30 como moderados e ao redor de 0,50 como fortes (Cohen, 1992). Por fim, foi realizada análise de rede e análise de regressão para se compreender a interrelação entre os construtos.

### **Resultados**

A Tabela 1 apresenta as estatísticas descritivas dos instrumentos. Os escores padronizados com base em normas brasileiras (TOHE, QoRE, EPSUS e as subescalas do QoE) apresentaram médias próximas de 0 e desvios-padrão próximos de 1.

Os participantes demonstraram escores ligeiramente acima da média normativa nas medidas de QoE, com destaque para a subescala Respeito ( $M = 0,47$ ). Também demonstraram escores ligeiramente acima da média normativa na escala de regulação emocional (QoRE\_Tz), cuja média ficou em 0,26. Já a percepção de suporte social (EPSUS\_Tz) apresentou média ligeiramente abaixo da norma ( $M = -0,16$ ), com maior dispersão das respostas, refletida por um desvio-padrão um pouco elevado ( $DP = 1,18$ ) e valores mínimos chegando a  $-4,11$ , o que sugere que parte dos participantes percebe baixo suporte social.

Para o instrumento de dependência emocional (CDE) os resultados foram analisados com base nas pontuações brutas, uma vez que o instrumento ainda não possui normas brasileiras. Observou-se uma ampla variação de escores entre os participantes, com todas as subescalas cobrindo boa parte da amplitude das escalas. No geral, os dados sugerem boa variabilidade nas respostas e ausência de concentração excessiva em valores extremos, o que fortalece a qualidade estatística da amostra para análises subsequentes.

Ao realizar a análise de consistência interna dos instrumentos, observou-se que tanto o EPSUS quanto o QoRE apresentaram altos níveis de correlação entre o escore total e seus respectivos fatores. No caso do EPSUS, os coeficientes de correlação variaram de 0,59 a 0,86, indicando forte associação entre os escores, o que justifica a utilização do escore total deste instrumento nas análises. De modo semelhante, o QoRE apresentou correlações muito elevadas entre o escore global e os três fatores (impulsividade e irritabilidade, sobrecarga emocional e resiliência), com coeficientes variando de 0,65 a 0,75. Esses resultados, compatíveis com estudos prévios de validação, também sustentam a opção pelo uso do escore total do QoRE.

Em contrapartida, o instrumento QoE apresentou correlações mais baixas entre os fatores ( $r = 0,11$  a  $0,39$ ), sugerindo maior independência entre as dimensões de responsividade, respeito e disponibilidade. Dessa forma, optou-se por utilizar os três fatores separadamente, em vez do escore total. No caso do instrumento CDE, verificaram-se correlações leves a fortes entre os próprios fatores ( $r = 0,24$  a  $0,63$ ). Tais resultados sustentam tanto o uso da pontuação total quanto a análise dos fatores individualmente, permitindo maior detalhamento da compreensão do construto. Para a análise de correlação serão utilizados todos os fatores, porém para as análises de regressão e de rede serão utilizados apenas o escore total para se evitar efeito de multicolinearidade.

**Tabela 1****Estatísticas Descritivas Dos Testes TOHE; QoRE; QoE; EPSUS e CDE.**

	Média	Desvio Padrão	Mínimo	Máximo
Idade	34,05	10,38	18	73,7
TOHE Organização	-0,02	0,99	-3,38	1,76
TOHE Sociabilidade	0,39	0,94	-3,34	2,64
QoRE Total	0,26	0,91	-2,16	2,38
QoRE1 Impulsividade e irritabilidade	0,11	0,86	-2,19	2,26
QoRE2. Sobrecarga emocional	0,25	0,95	-1,75	2,50
QoRE3. Resiliencia	0,33	0,89	-2,05	2,29
QoE_Total	0,39	0,86	-2,33	2,76
QoE1 Responsividade	0,19	0,85	-2,15	2,13
QoE2 Respeito	0,47	0,93	-2,49	2,41
QoE3 Disponibilidade	0,20	0,89	-2,49	2,03
EPSUS_Total	-0,16	1,18	-4,11	1,98
EPSUS_Afetivo	-0,16	1,11	-4,07	1,56
EPSUS _ Interações Sociais	-0,21	1,05	-2,58	1,93
EPSUS Instrumental	-0,11	1,09	-3,08	1,5
EPSUS Enfrentamento de Problemas	-0,05	1,09	-3,24	1,89
DE_Total	62,48	21,8	23	128
DE_ Ansiedade de Separação	20,06	9,06	7	42
DE Expressão afetiva	13,29	5,54	4	24
DE Modificação de planos	10,31	4,44	4	23
DE Medo de solidão	6,82	3,62	3	18
DE Expressão limite	5,18	2,63	3	18
DE Busca de atenção	6,81	2,55	2	12

Com base na análise de dados comparativa entre os sexos (Tabela 2), a análise estatística revelou que os fatores de dependência emocional de "expressão afetiva",

"modificação de planos" e "busca de atenção" apresentaram diferenças significativas entre homens e mulheres. Os resultados indicam que os homens apresentaram níveis mais altos nos fatores de modificação de planos ( $W = 13213.500$ ,  $p < 0.001$ ) e busca de atenção ( $W = 12433.000$ ,  $p = 0.002$ ), enquanto as mulheres demonstraram níveis mais elevados no fator de expressão afetiva ( $W = 10423.500$ ,  $p = 0.746$ ). Embora as diferenças sejam estatisticamente significativas, os índices de magnitude da diferença foram leves. Adicionalmente, o escore total de dependência emocional não apresentou diferença significativa entre os sexos, com um valor  $p$  de 0.781.

**Tabela 2**

**Teste t para amostras independentes**

	<b>W</b>	<b>p</b>	<b>magnitude de efeito</b>
<b>DE_T</b>	<b>10.395.500</b>	<b>0.781</b>	<b>0.020</b>
<b>DE_AnsiedadeSeparacao</b>	<b>9.618.500</b>	<b>0.437</b>	<b>-0.056</b>
<b>DE_ExpressaoAfetiva</b>	<b>8.737.500</b>	<b>0.048</b>	<b>-0.143</b>
<b>DE_ModificacaoPlanos</b>	<b>13.213.500</b>	<b>&lt; .001</b>	<b>0.297</b>
<b>DE_MedoSolidao</b>	<b>9.318.500</b>	<b>0.232</b>	<b>-0.086</b>
<b>DE_ExpressaoLimite</b>	<b>10.423.500</b>	<b>0.746</b>	<b>0.023</b>
<b>DE_BuscaAtencao</b>	<b>12.433.000</b>	<b>0.002</b>	<b>0.220</b>

A análise de correlação de Pearson foi realizada para identificar as relações entre os fatores de dependência emocional e as variáveis psicométricas. Os resultados demonstraram padrões de correlação significativos, com destaque para a relação entre regulação emocional (QoRE) e empatia com os fatores de dependência.

A Regulação Emocional (QoRE) apresentou correlações negativas fortes com a maioria dos fatores de dependência emocional, indicando que uma maior capacidade de regulação das emoções está associada a menores níveis de dependência. As correlações mais

fortes e negativas foram observadas com ansiedade de separação ( $r = -0.49$ ) e expressão afetiva ( $r = -0.46$ ). No entanto, as correlações foram fracas e próximas de zero para os fatores de modificação de planos ( $r = -0.24$ ) e busca de atenção ( $r = -0.09$ ).

Observou-se que a empatia cognitiva (fator Respeito) e compassiva (fator Disponibilidade) apresentaram padrões de correlações semelhantes, sendo elas leves e negativas em relação a todos os fatores de dependência emocional. Em contraste, o fator Responsividade (empatia afetiva) apresentou correlações leves e positivas, indicando que maior responsividade se relaciona a maior dependência, ao passo que maior empatia cognitiva e compassiva se relacionam a menor dependência.

A idade correlacionou-se negativamente com os fatores de dependência emocional, com magnitudes leves e algumas moderadas, sugerindo que, para a maior parte dos fatores de dependência, idade não teve relações significativas. Contudo, o fator “busca de atenção” apresentou correlação leve a moderada indicando que quanto mais idade menor a dependência emocional relacionada à busca de atenção.

Por fim, a pontuação total da EPSUS apresentou correlações leves a moderadas com todos os fatores de dependência emocional, com exceção do fator expressão afetiva.

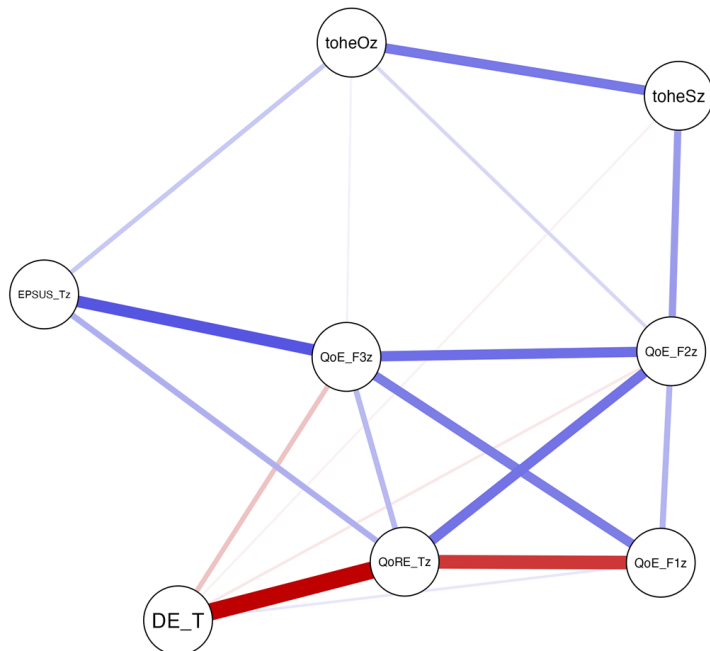
**Tabela 3.**  
**Correlações entre os instrumentos.**

	DE_T	DE_Ansiedad eSeparacao	DE_Expressao Afetiva	DE_Modificacao Planos	DE_Medo Solidao	DE_Expressao Limite	DE_Busca Atencao
IdadeQ	-0,10	-0,10	-0,17**	0,13*	0,02	-0,12*	-0,23***
toheOz	-0,06	-0,03	0,01	-0,13*	-0,07	0,01	-0,02
toheSz	-0,13*	-0,10	-0,04	-0,17**	-0,20***	-0,04	-0,10
QoRE_T	-0,52***	-0,49***	-0,46***	-0,24***	-0,51***	-0,44***	-0,09
QoE1. Responsividade	0,22***	0,24***	0,26***	-0,05	0,25***	0,18**	-0,05
QoE2. Respeito	-0,25***	-0,22***	-0,19**	-0,20***	-0,21***	-0,11	-0,16**
QoE3. Disponibilidade	-0,19**	-0,19**	-0,06	-0,22***	-0,25***	-0,16**	-0,04
EPSUS_T	-0,14*	-0,14*	-0,04	-0,20***	-0,23***	-0,13*	0,20***

Nota. \*\*\*  $p < 0,001$ ; \*\*  $p < 0,01$ ; \*  $p < 0,05$ .

Foi realizada uma análise de rede dos dados coletados, com a qual é possível perceber que há níveis maiores e menores de associação entre as variáveis. É possível perceber que regulação emocional é a variável com nível maior de força (1,78) na rede, portanto, mais relacionada com outros construtos. Regulação emocional e dependência emocional mostraram-se altamente correlacionados (negativamente). Além disso, é possível notar que regulação emocional representou relações mais fortes com as variáveis de empatia e com o suporte social.

O TOHE-O e TOHE-S não tiveram relação direta com dependência emocional. No entanto, TOHE apresenta relações com o suporte social e com as empatias. Além disso, o suporte social também não se relaciona diretamente aos fatores de dependência emocional. Assim, a compreensão emocional e o suporte social são construtos que se relacionam mais diretamente com o desenvolvimento das habilidades de empatia, e essas se relacionam com regulação emocional. Essa, por sua vez, está diretamente relacionada à dependência emocional.



**Figura 1.**  
**Análise de rede dos instrumentos.**

Esses resultados são corroborados pela análise de regressão linear. Buscando-se prever o nível de dependência emocional, as variáveis que permaneceram no modelo foram: regulação emocional (beta = -0,46), sexo (beta = -0,14), empatia afetiva (beta = 0,12) e empatia compassiva (beta = -0,11). O R quadrado ajustado foi de 0,26, indicando uma associação moderada entre as variáveis.

### **Discussão**

Essa pesquisa investigou a relação entre a inteligência emocional, dependência emocional e suporte social em pessoas que estão em relacionamentos amorosos no Brasil. Com as análises de correlação foi possível observar que a regulação emocional foi o componente da inteligência emocional que apresentou relação mais expressiva com a dependência emocional, indicando que pessoas com maiores níveis de regulação apresentam menores índices de dependência emocional. Esse dado confirma a primeira hipótese do estudo, segundo a qual indivíduos com altos níveis de inteligência emocional podem apresentar menores níveis de dependência emocional, além de estar em consonância com a literatura da área, que destaca que pessoas que gerenciam e regulam suas emoções de modo eficaz tendem a ser menos dependentes (Valencia Arévalo, 2019).

Na prática, essa relação entre a regulação emocional e a dependência emocional pode ser compreendida pelo fato de que pessoas emocionalmente dependentes tendem a ter sua experiência emocional altamente relacionada ao parceiro íntimo e ao status do relacionamento (Moral & Sirvent, 2009; Bution, 2016). Dessa forma, esses sujeitos têm seus parceiros amorosos como fonte principal de validação emocional e regulação de suas emoções (Castelló Blasco, 2005) e, nesse cenário, o bem estar emocional passa a depender, em grande medida, de como se encontra o parceiro e a relação amorosa.

Em relação à análise de correlação entre os tipos de empatia e a dependência emocional, a primeira hipótese do estudo foi parcialmente confirmada. Observou-se que a empatia cognitiva e a empatia compassiva apresentaram relações negativas, de magnitude leve a moderada, com a DE, sugerindo que indivíduos com maiores níveis dessas empatias tendem a apresentar menores níveis de DE. Esse achado, em relação a empatia cognitiva, pode ser compreendido pelo fato de que a mesma envolve entender de modo mais racional o que as outras pessoas sentem, bem como suas intenções e motivações, sem necessariamente passar pela mesma experiência que elas. No contexto das relações interpessoais, níveis mais elevados dessa empatia podem favorecer avaliações mais críticas sobre o comportamento e as intenções do parceiro, o que pode reduzir padrões de idealização e, conseqüentemente,

minimizar comportamentos dependentes. Em relação a empatia compassiva e DE, a relação negativa entre elas pode ser entendida pelo fato de que essa dimensão se refere ao desejo de acolher, ajudar e evitar sofrimento alheio, assim, o indivíduo tende a mobilizar cuidados em um horizonte mais amplo, que não se restringe à relação amorosa. Desse modo, ao diversificar os vínculos e as fontes de investimento afetivo, pode haver menor centralização no parceiro íntimo, o que também pode se refletir em níveis mais baixos de dependência emocional.

Em contrapartida, a empatia afetiva (fator responsividade) apresentou relação positiva, de magnitude leve a moderada, com DE, indicando que indivíduos com níveis mais elevados dessa empatia tendem também apresentar maiores níveis de DE. Esse achado pode ser compreendido pelo fato da empatia afetiva estar relacionada ao contágio emocional, isto é, a tendência de sentir as mesmas emoções que outras pessoas estão sentindo. Além disso, a empatia afetiva está relacionada a diversos aspectos da regulação emocional, e a literatura aponta que altos níveis de empatia afetiva estão diretamente relacionados à desregulação emocional (Miguel, 2021). Nessa perspectiva, em um relacionamento amoroso, o indivíduo com alta empatia afetiva pode acabar vivenciando intensamente as emoções do parceiro, o que pode colaborar para uma maior dependência emocional, uma vez que a sua regulação emocional também está atrelada a essa relação.

É importante ressaltar que a regulação emocional foi a variável que apresentou correlações mais fortes com todos os construtos. Já suporte social e compreensão emocional apresentaram relações mais leves, sendo que algumas associações com compreensão emocional não foram significativas. A princípio, esses resultados poderiam sugerir pouca associação entre os construtos. No entanto, a análise de rede ofereceu uma visão mais integrativa acerca dos três construtos em conjunto, a partir da qual foi possível confirmar a segunda hipótese do estudo, que supunha que pessoas com altos níveis de DE perceberiam menor suporte social e apresentariam menores índices de desenvolvimento de IE. Na análise de rede foi possível observar que o suporte social não se associou diretamente à dependência emocional. Em contrapartida, ele apresentou relações diretas com a compreensão das emoções, com as empatias e com a regulação emocional. Esses achados sugerem que a relação entre suporte social e dependência emocional é indireta e mediada pelas habilidades emocionais. Tal resultado é coerente com a concepção de suporte social proposta por Cardoso e Baptista (2014), segundo a qual a dimensão emocional do suporte, caracterizada por empatia, cuidado e confiança nas relações sociais, favorece o desenvolvimento de recursos emocionais próprios. Assim, níveis mais elevados de suporte social podem contribuir para

uma maior competência no manejo da vida emocional, a qual, por sua vez, está diretamente relacionada à dependência emocional. Em síntese, o suporte social não se vincula diretamente aos fatores de dependência emocional, mas participa de forma indireta ao relacionar-se ao desenvolvimento da empatia e da regulação emocional, variáveis diretamente relacionadas à dependência emocional.

É importante ressaltar que, na comparação entre as médias, duas variáveis da dependência emocional apresentaram maior média para os homens, enquanto outra variável apresentou maior média para as mulheres. O fato de a variável sexo estar significativamente presente na regressão provavelmente pode estar relacionada ao fator “modificação de plano”, com médias mais discrepantes entre os sexos. Esse fator refere-se à disposição para satisfazer ou compartilhar um maior tempo ao lado do parceiro, e, em consequência, abrir mão de compromissos e planos pessoais (Fonsêca et al., 2020). Ainda assim, embora se perceba que as diferenças entre homens e mulheres sejam pequenas em termos de dependência emocional global, a associação foi suficientemente forte para que a variável sexo permanecesse no modelo.

Algumas limitações deste estudo podem ser reconhecidas. Apesar de considerar que o número de participantes foi adequado à realização das análises, percebe-se que a maioria dos respondentes apresentaram nível educacional elevado: 54,8% possuem ensino superior e 30,8% pós-graduação. Além disso, outro fator limitante está relacionado ao fato da coleta de dados ter sido realizada exclusivamente de forma online, o que, embora facilite o processo de coleta, pode ser um fator excludente para a participação de pessoas que possuem pouco acesso aos meios digitais.

Futuras pesquisas podem minimizar essas limitações ao incluir uma amostra mais diversificada, com participantes de variados níveis escolares. Também seria importante incluir uma coleta de dados de forma presencial com versões impressas dos instrumentos, para incluir participantes que não possuem acesso e/ou tenham dificuldades com meios tecnológicos. Além disso, futuras pesquisas podem incluir novas variáveis nas análises, como características de personalidade, histórico de vida, experiências na infância e esquemas iniciais desadaptativos. Ainda sim, o presente estudo obteve resultados condizentes com o esperado e oferece contribuições para a área ao aprofundar a compreensão da relação entre habilidades emocionais e sua importância na compreensão da dependência emocional.

## Referências

- Barreto, R. S. (2018). Relacionamentos abusivos: uma discussão dos entraves ao ponto final. *Revista Gênero, Niterói, 18(2)*, 142-154. <https://doi.org/10.22409/rg.v18i2.1148>
- Bornstein, R. F. (2006). The complex relationship between dependency and domestic violence: Converging psychological factors and social forces. *American Psychologist, 61(6)*, 595-606. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.61.6.595>
- Bornstein, R. F. (2012). Illuminating a neglected clinical issue: Societal costs of interpersonal dependency and dependent personality disorder. *Journal of Clinical Psychology, 68(7)*, 766-781. <https://doi.org/10.1002/jclp.21870>
- Bution, D. C., & Wechsler, A. M. (2016). Dependência emocional: uma revisão sistemática da literatura. *Estudos Interdisciplinares em Psicologia, 7(1)*, 77-102. <https://doi.org/10.5433/2236-6407.2016v7n1p77>
- Cardoso, H. F., & Baptista, M. N. (2014). Escala de Percepção do Suporte Social (versão adulta)-EPSUS-A: estudo das qualidades psicométricas. *Psico-USF, 19*, 499-510. <https://doi.org/10.1590/1413-82712014019003012>
- Caruso, D. R., Salovey, P., Brackett, M., & Mayer, J. D. (2015). The ability model of emotional intelligence. In S. Joseph (Ed.), *Positive psychology in practice* (pp. 543-558). John Wiley & Sons.
- Castelló Blasco, J. (2005). *Dependencia emocional: Características y tratamiento* (1. reimpr). Alianza Ed.
- Charkow, W. B., & Nelson, E. S. (2000). Relationship dependency, dating violence, and scripts of female college students. *Journal of College Counseling, 3(1)*, 17-28. <https://doi.org/10.1002/j.2161-1882.2000.tb00160.x>
- Cobêro, C. (2004). *Inteligência emocional: validade do MSCEIT no contexto organizacional* (Dissertação de Mestrado). Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade São Francisco, Itatiba, SP.
- Ferreira, A. M. O. (2018). *Relações Interpessoais de Pareceria Amorosa: Estudo das relações entre Intimidade, Inteligência Emocional, Confiança Interpessoal e Saúde*

*Mental em Casais Heterossexuais* (Master's thesis). Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra.

- Fonsêca, P. N. D., Couto, R. N., Silva, P. G. N. D., Guimarães, C. L. C., & Machado, M. D. O. S. (2020). Evidências psicométricas do Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE). *Avaliação Psicológica*, *19*(1), 67-77.
- Hirschfeld, R. M. A., Klerman, G. L., Gouch, H. G., Barrett, J., Korchin, S. J., & Chodoff, P. (1977). A Measure of Interpersonal Dependency. *Journal of Personality Assessment*, *41*(6), 610-618. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4106\\_6](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4106_6)
- Lemos Hoyos, M., & Londoño, A. (2006). Construcción y validación del cuestionario de dependencia emocional en población Colombiana. *Acta Colombiana de Psicología*, *9*(2), 127-140.
- López-Fuentes, I., & Calvete, E. (2015). Building resilience: A qualitative study of Spanish women who have suffered intimate partner violence. *American Journal of Orthopsychiatry*, *85*, 339-351. <https://doi.org/10.1037/ort0000070>
- Mariño Córdova, L. A., & Vargas Espín, A. del P. (2023). Estrés y su relación en la regulación emocional en personal de la Cruz Roja Ecuatoriana. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, *4*(1), Article 1. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.409>
- Matsukura, T. S., Marturano, E. M., & Oishi, J. (2002). O questionário de suporte social (SSQ): estudos de adaptação para o português. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, *10*, 675-681.
- Mayer, J. D., Caruso, D. R., & Salovey, P. (2016). The ability model of emotional intelligence: Principles and updates. *Emotion review*, *8*(4), 290-300. <https://doi.org/10.1177/1754073916639667>
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In D. J. Sluyter (Ed.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications* (pp. 3-34). New York, NY: Basic Books.

- Mayer, J. D., Salovey, P., Caruso, D. R., & Cherkasskiy, L. (2011). Emotional intelligence. In R. J. Sternberg & S. B. Kaufman (Eds.), *The Cambridge Handbook of Intelligence* (pp. 528-549). Cambridge University Press.
- Miguel, F. K. (2006). *Evidências de validade para o teste de inteligência emocional MSCEIT em relação ao stress* (Dissertação de Mestrado). Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade São Francisco, Itatiba, SP.
- Miguel, F. K. (2021). *BOLIE--Bateria Online de Inteligencia Emocional*. Editora Vetor.
- Moral Jiménez, M. D. L. V., & Sirvent Ruiz, C. (2009). Dependencia afectiva y género: perfil sintomático diferencial en dependientes afectivos españoles. *Interamerican journal of psychology*.
- Momeñe, J., Estévez, A., Pérez-García, A. M., Jiménez, J., Chávez-Vera, M. D., Olave, L., & Iruarrizaga, I. (2021). El consumo de sustancias y su relación con la dependencia emocional, el apego y la regulación emocional en adolescentes. *Anales de Psicología*, 37(1), 121-132. <https://doi.org/10.6018/analesps.404671>
- Nonato, G. R. B., & da Silva, A. M. B. (2022). Dependência emocional em relacionamentos amorosos: uma proposta de intervenção com mulheres. *Semina: Ciências Sociais e Humanas*, 43(1), 55-70.
- Petrides, K. V., & Furnham, A. (2001). Trait emotional intelligence: Psychometric investigation with reference to established trait taxonomies. *European Journal of Personality*, 15(6), 425-448. <https://doi.org/10.1002/per.416>
- Petrides, K. V., Mikolajczak, M., Mavroveli, S., Sánchez-Ruiz, M. J., Furnham, A., & Pérez-González, J. C. (2016). Developments in trait emotional intelligence research. *Emotion Review*, 8(4), 335-341. <https://doi.org/10.1177/1754073916650493>
- Rodriguez, M. S., & Cohen, S. (1998). Apoio social. *Enciclopédia de saúde mental*, 3(2), 535-544.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185-221. <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>

- Salovey, P., Detweiler-Bedell, B. T., Detweiler-Bedell, J. B., & Mayer, J. D. (2008). Emotional intelligence. In M. Lewis, J. M. Haviland-Jones, & L. F. Barrett (Eds.), *Handbook of emotions* (3<sup>a</sup>, pp. 533-547). Guilford.
- Valencia Arévalo, Y. C. (2019). *Regulación emocional y dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar, municipio de Rionegro—Antioquia, Colombia, 2017*. Universidad Peruana Unión. <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/2766>
- Villena Barrera, J. L. (2023). *Inteligencia emocional y dependencia emocional en estudiantes universitarios* (Bachelor's thesis, Universidad Técnica de Ambato, Facultad de Ciencias de Salud, Carrera de Psicología Clínica).