



INSTITUTO
UNIVERSITÁRIO
DA MAIA **ISMAI**

Inês Margarida Sá Teixeira

N.º 31870

**Diferenciação e Regulação Emocional e sua relação com o
Funcionamento Sexual numa amostra de mulheres portuguesas**

Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde

Trabalho realizado sob a orientação da Professora Doutora Valéria Sousa-Gomes

Fevereiro, 2019

Resumo

Uma vivência salutar da sexualidade é parte integrante do bem-estar físico, psicológico e social de cada indivíduo. Dada a escassez de estudos nacionais e internacionais que interliguem as dimensões emocionais e o funcionamento sexual, esta investigação procurou analisar as possíveis relações entre o funcionamento sexual feminino, o repertório e a capacidade de diferenciação emocional e as dificuldades de regulação emocional.

A amostra foi composta por 209 mulheres, com uma média de idades de 33 anos. O protocolo de investigação foi constituído pelos seguintes instrumentos: Questionário Sociodemográfico, Índice do Funcionamento Sexual Feminino, Escala de Avaliação do Reportório e Capacidade de Diferenciação Emocional e Escala de Dificuldades de Regulação Emocional.

Os resultados revelaram uma relação entre o funcionamento sexual feminino, a diferenciação emocional e as dificuldades de regulação emocional. Enquanto a diferenciação emocional aumenta com o funcionamento sexual feminino, as dificuldades de regulação emocional diminuem. Ainda se verifica que a capacidade de diferenciação emocional feminina reduz as dificuldades de regulação emocional.

Assim, é possível concluir que as capacidades emocionais, nesta amostra de mulheres, parece-nos ajustada, bem como os seus sistemas de regulação de afeto, uma vez que isto se reflete na qualidade do funcionamento sexual. Os dados obtidos são uma mais-valia para a manutenção da saúde mental.

Palavras-chave: funcionamento sexual feminino, repertório e diferenciação emocional, dificuldades de regulação emocional