

VÂNIA FILIPA VEIGA BENTO

**VINCULAÇÃO, MEMÓRIAS DE CUIDADOS
PARENTAIS E AUTOESTIMA EM ADULTOS**

Orientadora: Fernanda Salvaterra

Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias

Escola da Psicologia e Ciências da Vida

Lisboa

2014

VÂNIA FILIPA VEIGA BENTO

**VINCULAÇÃO, MEMÓRIAS DE CUIDADOS
PARENTAIS E AUTOESTIMA EM ADULTOS**

Dissertação apresentada para a obtenção de grau de Mestre em Psicologia, Aconselhamento e Psicoterapias, no Curso de Mestrado em Psicologia, Aconselhamento e Psicoterapias, conferido pela Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias.

Orientadora: Professora Doutora Fernanda Salvaterra

Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias

Escola da Psicologia e Ciências da Vida

Lisboa

2014

“Deus quer, o homem sonha, a obra nasce”
Fernando Pessoa em Mensagem – Mar Português

Agradecimentos

A fé tem sido uma companheira para me encontrar neste mundo e Deus o meu braço direito.

Aos meus pais, de coração quero agradecer todo o vosso carinho e amor incondicional que me tem fortalecido e acompanhado nesta minha caminhada. Vocês estão presentes sempre que eu precisei e quero vos agradecer por me terem auxiliado na concretização deste meu sonho académico. Na verdade vocês são a base do meu ser.

À Professora Doutora Fernanda Salvaterra pela força e acompanhamento contínuo ao longo da construção deste trabalho, por nunca ter desistido de mim pois por vezes pensei que eu estaria “perdida”.

Ao Filipe Santos pelo seu carinho e cuidado. Impulsionaste-me a seguir os meus objetivos e nunca duvidaste da minha capacidade.

A Amizade é muitas vezes uma descoberta que nos surpreende e por isso gostaria de salientar alguns nomes: à minha colega Sofia Godinho, por todo o teu reforço positivo e tanto carinho. Às minhas colegas de Biblioteca pelo seu companheirismo.

A todos aqueles que se cruzaram no meu percurso que quer por vias positivas e por vezes negativas fizeram ver que sim vale a pena não desistir dos sonhos e que se deve lutar diariamente pelo que acreditamos.

Resumo

A Teoria da Vinculação (Bowlby, 1990) dá a conhecer a importância do envolvimento parental (Rocha, Mota, & Matos, 2011) e como este se repercute na autoestima do sujeito adulto (Demidenko, Tasca, Kennedy, & Bissada, 2010). Como tal o principal objetivo deste estudo foi analisar a relação entre a vinculação, memórias de cuidados parentais e autoestima. Esta investigação permitiu reconhecer a diferenciação entre indivíduos seguros e inseguros e como estes padrões se relacionam com as variáveis enunciadas. Para tal, foi utilizada uma amostra de 200 indivíduos, 45 (22.5%) do sexo masculino e 155 (77.5%) do sexo feminino, com idades entre os 18 e os 59 anos ($M = 28,74$; $DP = 10,00$). Nesta investigação foi preparado um questionário sociodemográfico e aplicadas três medidas: *Escala de Vinculação do Adulto* (EVA; Canavarro., 1995), *Memórias de Infância* (EMBU; Canavarro., 1996; 1999) e o *Questionário de Autoestima Global de Rosenberg* (RSES; Faria., 2000). Os principais resultados sugerem diferenças estatisticamente significativas entre os grupos Seguro e Inseguro para as memórias dos cuidados parentais e autoestima e observa-se uma relação entre as variáveis vinculação, memórias de cuidados parentais e autoestima. Reconhece-se desta forma a influência da vinculação sobre a dimensão parental e consequente desenvolvimento da autoestima.

Palavras-chave: Vinculação, Memórias de Cuidados Parentais, Autoestima, Adultos.

Abstract

The Attachment Theory (Bowlby, 1990) sets forth the importance of parental involvement (Rock, Mota, & Matos, 2011) and how it affects the self-esteem of the adult subject (Demidenko, Tasca, Kennedy, & Bissada, 2010). The main purpose of this study was to analyze the relationship between attachment, memories of parental care and self-esteem. This research allowed us to recognize the distinction between secure and insecure individuals and how these patterns relate to the presented variables. For this aim a sample of 200 individuals were used, 45 (22.5%) were male and 155 (77.5%) females, ranging in age from 18 to 59 years (SD=10.00). For this investigation a socio-demographic questionnaire was prepared and also applied three measures: *Escala de Vinculação do Adulto* (EVA; Canavarro., 1995), *Memórias de Infância* (EMBU; Canavarro., 1996; 1999) and *Questionário de Autoestima Global de Rosenberg* (RSES; Faria., 2000). The results suggest statistically significant differences between Secure and Insecure subjects in the parental rearing behaviour and self-esteem. A relationship among the variables attachment, parental rearing behavior and self-esteem were also found. This work recognized the influence and importance of attachment in the parental care and consequent development of self-esteem in the adult subject.

Keywords: Attachment, Parental Rearing Behaviour, Self-Esteem, Adults.

Lista de Siglas e Abreviaturas

AAS-R	<i>Adult Attachment Scale-R</i>
AAI	<i>Adult Attachment Interview</i>
ASI	<i>Attachment Style Interview</i>
BDI	<i>Beck Depression Inventory</i>
BSI	<i>Brief Symptom Inventory</i>
DSQ-40	<i>Defense Style Questionnaire</i>
ECR	<i>Experiences in Close Relationships Scale</i>
ECR-R	<i>Experiences in Close Relationships Revised</i>
EMBU	<i>Egna Minnen Beträffande Uppfostran</i>
EVA	Escala de Vinculação do Adulto
IEFP	Instituto do Emprego e Formação Profissional
IQS	<i>Interpersonal Quality Scale</i>
PAI	<i>Prenatal Attachment Inventory</i>
PBI	<i>Parental Bonding Inventory</i>
PSQ	<i>Personality Structure Questionnaire</i>
RQ	<i>Adult Attachment Relationship Questionnaire</i>
RSES	<i>Rosenberg Self-Esteem Scale</i>
SAQ	<i>Self-Attributes Questionnaire</i>
SDP	<i>States Description Procedure</i>
SEI	<i>Self-Esteem Inventory</i>
SES	<i>Socioeconomic Status</i>
SPSS	<i>Statistical Package for the Social Sciences</i>
SWB	<i>Subjective Well-being</i>
WHOQOL-BREF	<i>Health Organization Quality of Life</i>

Índice Geral

Introdução	10
Parte I - Enquadramento Teórico.....	13
Capítulo 1 - Vinculação	14
1.1 A Origem da Teoria da Vinculação	15
1.1.1 Bowlby	15
1.2 O Comportamento de Vinculação.....	16
1.3 Fases do Desenvolvimento da Vinculação	17
1.4 Modelos dinâmicos internos	18
1.5 Padrões de Vinculação	20
1.6 Transmissão Intergeracional dos padrões de vinculação	23
1.7 Vinculação na Adolescência	25
1.8 Vinculação no Adulto	28
1.8.1 Padrões de Vinculação na Idade Adulta.....	32
1.9 Estudos sobre Vinculação	36
Capítulo 2 - Cuidados Parentais	39
2.1 Memórias de Cuidados Parentais.....	40
2.2 Cuidados Parentais.....	43
2.3 Sistema Comportamental de Cuidados Parentais	44
2.4 <i>Caregiving</i> nos Adultos em interação com o sistema comportamental de Vinculação	46
Capítulo 3 - Autoestima.....	47
3.1 <i>Self</i>	48
3.1.1 Autoconceito	49
3.1.2 Autoestima	51
3.1.3 Teorias da Autoestima.....	55
3.1.4 Autoestima ao longo do Percorso Desenvolvidor do Sujeito	57
Capítulo 4 - Vinculação, Cuidados Parentais e Autoestima.....	61
4.1 Vinculação e Memórias de Cuidados Parentais.....	62
4.2 Vinculação e Autoestima	68
Parte II - Estudo Empírico	73
Capítulo 5 - Conceptualização da Investigação.....	74
5.1 Objetivo Geral do Estudo	75

5.2 Hipóteses.....	75
5.3 Método.....	76
5.3.1 Participantes	76
5.3.2 Medidas	78
5.3.2.1 <i>Questionário Sociodemográfico</i>	78
5.3.2.2 <i>EVA - Escala de Vinculação no Adulto</i>	79
5.3.2.3 <i>EMBU – Memórias de Cuidados Parentais em Adultos</i>	80
5.3.2.4 <i>RSES – Questionário de Autoestima Global de Rosenberg</i>	81
5.3.3 Procedimento.....	82
5.4 Resultados	83
5.5 Discussão dos Resultados	92
Conclusão	98
Referências Bibliográficas.....	100
ANEXOS	I
Anexo I – Consentimento Informado	Erro! Marcador não definido.
Anexo II – Protocolo de Avaliação	IV

Índice de Tabelas

Tabela 1 - Tabela de frequências, percentagens e valores de <i>chi-square</i> das variáveis demográficas Nacionalidade, Etnia, Trabalha na Atualidade, Profissão, Classificação Profissional, Relacionamento Atual, Tem Filhos, Filho (s) Vive (m) Consigo e Religião.	76
Tabela 2 - Tabela de médias, desvios padrões e valores de <i>t</i> para as variáveis Idade, Habilitações e Número de Filhos.	77
Tabela 3 - Análise descritiva para mínimo, máximo, média e desvio padrão para as variáveis EVA, EMBU e RSES	83
Tabela 4 - Diferenças entre o sexo masculino e feminino (<i>T-Student</i>).	84
Tabela 5 - Diferenças entre a Classificação Tem Filhos (<i>T-Student</i>).	85
Tabela 6 - Diferenças na Classificação da Vinculação (<i>T-Student</i>).	86
Tabela 7 - Diferenças de médias entre Relacionamento Atual para as dimensões EVA; EMBU e RSES (<i>ANOVA</i>)	87
Tabela 8 - Diferenças de médias entre Religião para as dimensões EVA; EMBU e RSES (<i>ANOVA</i>).....	88
Tabela 9 - Correlações entre as dimensões do EMBU e EVA	89
Tabela 10 - Correlações entre as dimensões do EMBU e RSES.....	89
Tabela 11 - Correlações entre as dimensões da EVA e RSES	90
Tabela 12 - Correlações entre a Idade e as dimensões da EVA	90
Tabela 13 - Correlações entre a Idade e as dimensões EMBU.....	91
Tabela 14 - Correlações entre a Idade e a Autoestima Global	91

Introdução

O estudo da vinculação tem transposto a população infantil e apresenta-se como um sistema abrangente que integra com igual relevância a população adulta, permitindo assim dar a conhecer a influência das experiências infantis e a sua ação nos sistemas emocionais e comportamentais no adulto (Sable, 2008).

Bowlby (1990) expôs a vinculação como um sistema intrincado em emoções e comportamentos que visam a proteção e proximidade entre a criança e a sua figura de vinculação. O sistema comportamental de vinculação no adulto possui similaridade com o da infância, pois ambos assentam na proximidade com uma figura de vinculação, procurando o conforto e segurança quando presente a fatores de *stress* (Hazan & Shaver, 1994; Crowell & Treboux, 1995). A vinculação permite igualmente compreender os diferentes níveis de intimidade, confiança e sentido de cuidar, oriundos dos modelos dinâmicos internos desenvolvidos na infância (Hazan & Shaver, 1987). Já a componente estilos de vinculação é igualmente reveladora de uma continuidade desde da infância até idade adulta (Roberts, Gotlib & Kassel, 1996).

A dimensão parental e as suas memórias são ostentadoras do envolvimento prestado à vida do indivíduo, encontrando-se, na investigação, relações entre a qualidade da relação parental e as memórias dos cuidados parentais, assim como memórias e padrões de vinculação. Poder-se-á apontar que a narração possibilita a observação do modelo interno dinâmico da relação empregue pelo sujeito. Indivíduos que manifestam um percurso afetivo positivo com as suas figuras de vinculação conseguem recordar mais facilmente o que aconteceu no seu passado e as suas memórias são ricas em detalhes e referências emocionais, embora nos adultos esta relação não tenha sido muito explorada (McCabe, Peterson, & Connors, 2006; Tani, Bonechi, Peterson, & Smorti, 2010). Os cuidados parentais integram elementos como a sensibilidade e a responsividade (Wilson & Durbin, 2013). E a sua relação com a vinculação sugere que quando esta é segura tem inerentemente figuras parentais que geram conforto e proteção para além de fomentar a autonomia. Por conseguinte, a congregação destas condições geram uma base segura (Brenning, Soenens, & Braet, 2012).

Outro objeto de estudo que integra as relações apresentadas anteriormente é o *self* e a sua relação com a autoestima. Sujeitos com vinculações seguras expõem um *eu* valorizado que advém de modelos internos dinâmicos positivos (Demidenko, Tasca, Kennedy, & Bissada, 2010). Sendo a vinculação considerada o núcleo onde se desenvolve a autoestima, é

através das respostas provenientes do exterior que o sujeito reconhece as suas habilidades, competências e feitos (Duclos, 2006). A parentalidade associa-se à autoestima, influenciando o desenvolvimento infantil e parâmetros comportamentais. O suporte parental positivo contribui para o crescimento e valorização interna e possibilita o incremento da competência (Mruk, 2006).

Após a exposição das relações apresentadas, a problemática deste estudo relaciona no seu núcleo: Vinculação, Memórias de Cuidados Parentais e Autoestima. A investigação considera que o conhecimento da vinculação nos adultos continua o seu progresso, ainda pouco conclusivo ou completo, pois subsistem várias dimensões e funcionalidades nas relações dos adultos que se encontram por expor (Sable, 2008).

A procura por mais investigação na área psicológica aliada à motivação pessoal pela temática da Vinculação e dos Cuidados Parentais e sua relação com a Autoestima configura o presente trabalho. A população corresponde a sujeitos adultos que apresentam uma amplitude de idades entre os 18 e 59 anos. A recolha da amostra partiu inicialmente no Concelho de Lisboa e posteriormente foi realizada na zona de Sintra.

Da investigação resultou uma amostra que foi separada em dois grupos, sexo masculino e feminino, e buscando a identificação de diferenças significativas nas dimensões explanadas, examinou as associações entre as variáveis vinculação, percepção dos cuidados parentais e autoestima. Indagou-se a influência da figura de vinculação e relação parental, tendo por base a estrutura teórica de John Bowlby.

A revisão da bibliografia é sugestiva de que são ainda poucos os estudos que agreguem a totalidade das variáveis, no entanto salienta-se que a vinculação e os cuidados parentais são âmagos que não podem ser separados. Já a camada populacional em que os estudos são direcionados é muitas vezes a infantil ou juvenil daí o interesse da investigadora em analisar adultos e como estes integraram a componente vinculativa e consequente percepção dos cuidados parentais e autoestima atual.

Conclui-se esta parte introdutiva referindo que o estudo realizado compõe-se em duas partes, a primeira é a componente teórica que comporta um total de quatro capítulos. O primeiro capítulo, que tem por nome Vinculação, inclui subtítulos como comportamento de vinculação na infância e fase adulta, o tipo de padrão de vinculação na idade adulta ou ainda a transmissão intergeracional dos padrões de vinculação. O segundo capítulo, intitulado Cuidados Parentais, contém a importância das memórias e dos cuidados parentais; já o terceiro capítulo integra a relevância do *self* e a distinção entre a componente do autoconceito

e da autoestima e no quarto capítulo procurou-se relacionar as variáveis explanadas anteriormente, compreendendo investigações que abarcassem os instrumentos aplicados neste estudo, assim como uma ilustração que prosseguisse desde a infância até à idade adulta. A segunda parte cinge toda a componente da amostra e análise psicométrica da mesma, assim como das dimensões referidas.

Importa ainda referir que esta dissertação será redigida segundo o novo acordo ortográfico da Língua Portuguesa e será adotada a norma da Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, segundo o despacho nº 101/2009, com o título “Atualização das normas para elaboração e apresentação de teses e dissertações na ULHT”.

Parte I

Enquadramento Teórico

Capítulo 1

Vinculação

1.1 A Origem da Teoria da Vinculação

1.1.1 Bowlby

A Teoria da Vinculação de John Bowlby (1969, 1973, 1980) é considerada uma das mais importantes teorias desenvolvimentistas (Davila & Levy, 2006). Verifica-se a presença de uma base biológica e evolutiva a qual alude a comportamentos de aproximação concretizados pela criança, visando desta forma a aproximação e contato à figura de vinculação (Rodrigues, Figueiredo, Pacheco, Costa, Cabeleira & Magarinho, 2004).

Bowlby formou-se na vertente Psicanalítica, desenvolvendo o seu trabalho com crianças no Hospital *Maudsley* e na *London Child Guidance Clinic*. Após a Segunda Guerra Mundial tornou-se diretor do *Department for Children and Parents* na Clínica Tavistock, onde investigou os efeitos da separação precoce (Ainsworth, 1992).

Nesta instituição concretizou observações direcionadas aos comportamentos de crianças que sofreram separações prolongadas do seu principal cuidador, usualmente a figura materna. Tal permitiu identificar um conjunto de reações emocionais como: protesto, desespero e desvinculação. O primeiro envolve o choro, seguindo-se a procura da mãe e resistência a outros indivíduos que não se apresentam como cuidador principal, posteriormente manifesta-se o desespero sendo caracterizado por passividade e tristeza. E o último estágio é definido por desvinculação que pode ser analisado como uma defesa pois aqui a criança evita a figura materna (Hazan & Shaver, 1987).

Para além das observações realizadas, que contribuíram para o desenvolvimento da sua teoria, Bowlby buscou na Etiologia de Konrad Lorenz conhecimentos ao nível do “*imprinting*”, o qual se baseia no desenvolvimento de laços com uma figura materna que derivam de uma exposição continuada à mesma figura, (Salvaterra, 2011).

De igual forma investigou a teoria evolucionista de Charles Darwin e integrou conceitos da Psicologia do Desenvolvimento, Teorias Cognitivistas e Sistémicas consolidando desta forma o seu trabalho. A integração dos diferentes núcleos teóricos permitiu a explicação das ligações afetivas das crianças aos seus cuidadores para além das consequências a longo termo das experiências precoces vinculativas no que respeita ao desenvolvimento da personalidade, funcionamento interpessoal e psicopatologia (Ainsworth, 1992; Davila & Levy, 2006).

1.2 O Comportamento de Vinculação

Segundo Bowlby, o comportamento de vinculação foi inicialmente estudado na visão psicanalista, que procura analisar a primeira relação humana além das características da personalidade. Após reformulação, o autor baseia-se na Teoria do Instinto que inclui noções do desenvolvimento cognitivo, social e referências etológicas (Bowlby, 1990; Salvaterra, 2011).

Atualmente a vinculação é considerada uma constelação complexa de comportamentos e emoções vinculativas, surgindo como uma via protetora que visa a proximidade entre criança e mãe. Bowlby consigna o comportamento de vinculação como uma:

“Busca e manutenção da proximidade a um outro indivíduo” (*cit in* Bowlby, 1990, p.209).

A sua presença permite oferecer conforto durante os períodos de *stress* para além de estimular a aprendizagem social. A realização de uma resposta atempada do cuidador permite à criança a construção de um *self* positivo (Davila & Levy, 2006).

Representa igualmente um vínculo ativo, afetivo, recíproco entre dois sujeitos, o qual fica estabelecido através de uma interação ao longo do tempo (Coleman & Watson, 2000). É através destas múltiplas interações com a mesma figura de vinculação durante longos períodos de tempo que a criança identifica os seus cuidadores e passa a antecipar os seus comportamentos. Quando se sente de algum modo ameaçado, direciona-se para a figura de vinculação, buscando conforto e proteção (Weinfield, Sroufe, Egeland, & Carlson, 1999).

Deste modo, a vinculação apresenta-se com uma base de cariz biológico e sistemas comportamentais que são desenvolvidos pela interação criança e o meio. Como sistemas apresentam-se o sugar, o agarrar, o seguir, o chorar e o sorrir (Bowlby, 1958). A sua organização tem início na infância e sucede-se de uma forma mais subtil nos primeiros três anos de vida da criança, que posteriormente passa a necessitar menos da figura de vinculação (Bowlby, 1990; Backwith, Cohen, & Hamilton, 1999).

No que respeita aos fatores que poderão suscitar a mudança dos comportamentos de vinculação salienta-se duas variáveis: uma de origem orgânica e outra de natureza ambiental. A primeira enquadra a fome, a fadiga, a doença e a infelicidade. As variáveis ambientais incluem o estado de alarme (Bowlby, 1990; Machado, 2009).

O comportamento de vinculação envolve exploração, que por sua vez compreende o conceito de segurança que pressupõe uma relação de caráter amoroso construída pela figura de vinculação (Machado, 2009). A noção de segurança permite à criança usar a figura de vinculação como meio do reconhecimento do exterior e, consequentemente integra noções como a disponibilidade, responsividade e conforto (Davila & Levy, 2006). Uma figura de vinculação que esteja presente gera confiança, auxilia o afastamento da timidez e assiste ao conhecimento do meio (Bowlby, 1990).

Sujeitos que não possuem uma *base segura* terão maior dificuldade na construção e manutenção das suas relações interpessoais para além do possível desenvolvimento de problemáticas comportamentais e mentais (Horst & Veer, 2010).

1.3 Fases do Desenvolvimento da Vinculação

O desenvolvimento do comportamento de vinculação decorre por fases. A primeira fase revela um discernimento por parte do bebé através da componente olfativa e auditiva, iniciada no nascimento e prolongada até às oito semanas de vida. A criança exterioriza buscas oculares, estende os seus braços, agarra, balbucia e sorri. Na segunda fase persiste o registo relacional, dirigindo-se a outros sujeitos, no entanto há uma eleição pela mãe direcionando-lhe sorrisos e vocalizações. Esta fase decorre até aos seis meses e está patente o comportamento de vinculação. Na terceira fase o bebé revela uma diferenciação sobre os sujeitos, mas procura seguir a figura materna e recebe-a com alegria. As respostas que eram dirigidas aos demais indivíduos decrescem e há uma escolha de sujeitos que tomam o cargo de figuras de vinculação substitutas. Esta fase concerne um apego muito claro perante a mãe e tem início aos seis meses podendo prolongar-se até ao primeiro ano de vida, caso a mãe não se encontre muito presente. No segundo e terceiro ano de vida a criança manifesta uma maior capacidade de análise no entanto o comportamento de vinculação não é menos intenso. As crianças aceitam a saída da mãe e realizam jogos com os pares. Após o terceiro ano, a criança manifesta uma adaptação quando colocada num local estranho e relaciona-se com novas figuras de vinculação, como por exemplo a professora. Estas novas figuras são aceites pois, na maioria das vezes, o primeiro contato decorreu com a presença da figura materna. Esta capacidade é conseguida pela ausência de medo e pela presença de informações sobre a localização da mãe assinalando-se que a sua saída é de cariz temporário. Na quarta fase a criança exterioriza alguma independência perante a figura materna (Bowlby, 1990).

Na fase da adolescência decorre uma alteração no comportamento de vinculação. Surgem na vida do indivíduo figuras de vinculação alternativas que assumem um papel relevante, tal como se sucedeu com a figura materna. Assiste-se, nesta fase, à emergência de uma componente sexual e atração por sujeitos do sexo oposto. Discute-se se há um desligamento total ou por outro lado, uma ligação completa às figuras de vinculação o que não permitirá um direcionar o comportamento de vinculação a outros. Destaca-se que a maioria dos indivíduos mantém uma ligação aos pais e cria novos comportamentos de vinculação (Bowlby, 1990).

Já na fase adulta o sujeito exhibe o comportamento de vinculação em momentos diferenciados, como por exemplo numa perda, procurando apoio, o qual é direcionando para indivíduos da sua confiança (Bowlby, 1990).

1.4 Modelos dinâmicos internos

Os modelos dinâmicos internos são detentores de fatores de ordem cognitiva e afetiva, como as memórias episódicas das interações com as figuras de vinculação, planos, objetivos, regras e expectativas (Rholes, Martin, Simpson, Wilson, Tran & Kashy, 2011).

Originam representações sobre o *self* e do meio, decorrente do relacionamento concretizado entre a criança e as figuras parentais que permitirá a assimilação das experiências realizadas. Mais tarde os modelos serão orientadores de acontecimentos futuros, agindo como condicionantes no comportamento do sujeito (Maia, Ferreira, Veríssimo, Santos, & Shin, 2008; Lynch, 2013).

Arrolado à definição de modelos internos dinâmicos surgem duas perspetivas. A primeira menciona que os modelos dinâmicos internos são provenientes de vivências do sujeito e possuem relativa flexibilidade. Os mesmos podem ser modificados quando aparecem acontecimentos que divergem das expectativas iniciais, como por exemplo: um indivíduo espera que a figura de vinculação seja responsiva com as suas necessidades, tendo por base as suas experiências. No entanto, os acontecimentos vindouros poderão desafiar as condições atuais originando uma reflexão das novas experiências. Esta visão não prediz a estabilidade dos padrões de vinculação criados entre as figuras de vinculação e a criança, já que o ambiente pode alterar-se ao longo do tempo. Tem-se verificado que alguns fatores como a perda de um dos pais, uma doença grave ou a mudança para uma nova cidade ou escola podem alterar a qualidade dos cuidados prestados de formas imprevisíveis. Embora estas

mudanças possam decorrer, as experiências passadas persistem. Por outro lado, um sujeito que aprendeu que os outros são globalmente irresponsáveis e insensíveis às suas necessidades, permite que as construções das expectativas sejam baseadas pela falta de cuidados. Resumindo, esta conceção sugere que os padrões de vinculação exibem estabilidade desde a infância até a fase adulta, no entanto não se pode basear perentoriamente nesta noção, pois mudanças no investimento maternal, perdas maternas ou modificações na dinâmica familiar não diretamente relacionadas com as experiências da criança produzirão de certo modo, modificações nas suas representações (Fraley, 2002).

O conceito seguinte define que um sistema representacional não linguístico administra o processamento de informação assim como as estratégias comportamentais com vista a uma adaptação do sujeito ao meio. Esta via conduz ao surgimento de capacidades cognitivas, as quais anexam modelos representativos que estão acessíveis à consciência e permitem uma reflexão das experiências. Os protótipos anteriores continuam autónomos e consentem um apuramento na análise da qualidade dos cuidados prestados. Como por exemplo: os sujeitos tornam-se mais ou menos seguros à medida que se deparam com situações que são inconsistentes encaminhando para a instabilidade nos padrões de vinculação. Contrariando esta tendência está a propensão do sujeito buscar ambientes que são consistentes com as suas vivências, promovendo desta forma a estabilidade (Fraley, 2002).

Uma outra característica inerente aos modelos dinâmicos internos é a sua mudança consoante a acessibilidade e responsividade materna. São vistos como fontes de sentimentos e comportamentos adquirindo conotação de peças centrais para a construção da personalidade (Hazan & Shaver, 1987). Além deste facto, detêm um papel revelante na vinculação pois atuam sobre as relações (Rodrigues, *et al.*, 2004)

Segundo Bowlby (1984), a presença ou ausência da figura de vinculação vai determinar a construção do modelo interno dinâmico assim como o sentido de confiança e de disponibilidade. O autor menciona que um sujeito que é amado desenvolve-se com a noção de afeto, já um indivíduo que é repudiado pelas figuras parentais aceitará que é indesejado.

A evolução dos modelos internos dinâmicos inicia-se aos seis meses de idade prolongando-se pelos primeiros anos de vida da criança. A presença de sensibilidade, disponibilidade e afeto induzirá na criança uma valorização no *self* para além de lhe incitar um sentido de competência. Estas experiências irão traduzir-se num padrão de vinculação seguro (Goodvin, 2007).

Na infância os modelos internos dinâmicos são flexíveis e poderão mudar em consequência da modificação ambiental (Van Den Dries, Juffer, Van Ijzendoorn, Bakermans-Kranenburg, & Alink, 2012). No entanto, uma vez instalados tornam-se mais consistentes, revelando uma forte propensão para a estabilidade, embora não se possa considerar que determinem o comportamento num indivíduo durante a fase adulta (Portu-Zapirain, 2013).

Indivíduos com uma vinculação segura apresentam modelos internos dinâmicos mais integrados e acedem mais facilmente às informações relacionadas com a vinculação (Bretherton I. , 1997).

1.5 Padrões de Vinculação

No ano de 1954 na região do Uganda, Mary Ainsworth realizou observações que incidiam na relação entre a figura materna e o seu bebé. Inicialmente a autora estaria interessada em observar como as crianças respondiam a uma separação durante o desmame, mas tal foi colocado de parte, tendo partido para a observância do desenvolvimento da vinculação criança-mãe. Nesta investigação, Ainsworth recrutou vinte e seis famílias e os seus bebés, os quais possuíam idades entre um mês e os vinte e quatro meses. O método aplicado pela investigadora envolvia análises comportamentais em cada duas semanas durante duas horas ao longo de nove meses. Este processo permitiu um crescente interesse nos sinais e comportamentos que promoviam a aproximação, principalmente quando estes eram direcionados à figura materna (Bretherton I. , 1992).

Da pesquisa concretizada despontaram conceitos relevantes para a teoria da vinculação como a sensibilidade materna, que envolve por parte da figura de vinculação uma capacidade em analisar e responder a determinados sinais provenientes do seu bebé. Este movimento de exibição e compreensão dos atributos emocionais e comportamentais orientará a relação mãe-bebé, (Rocha, Mota, & Matos, 2011). Considera-se também que a sensibilidade materna inclui atenção, consciência dos sinais emitidos pela criança, disponibilidade e resposta emocional adequada, consciência e ausência de irritação/raiva (Koonce, Gariépy, Proper, Sutton, Calkins, Moore & Cox, 2007).

Poder-se-á igualmente afirmar que a sensibilidade materna age como um fator preditivo da relação mãe-bebé (Goldsmith & Alansky, 1987). As crianças de mães sensíveis tendem a apresentar um padrão seguro, enquanto os bebés de mães pouco sensíveis exibiam uma vinculação insegura (Bretherton I. , 1992). Embora a noção de segurança assente na

disponibilidade por parte da figura de vinculação, tendo como resposta conforto e proteção, não significa que a criança ocasionalmente não experimente medo. Esta emoção adaptativa, tem como objetivo a promoção da proximidade ao cuidador, uma vez que uma relação assente na segurança é indicadora de que a criança confia na figura de vinculação e que esta é uma fonte de proteção (Weinfield, Sroufe, Egeland, & Carlson, 1999).

A investigação nesta área permitiu sugerir que a sensibilidade materna atua na redução da negatividade infantil. A componente da afetividade positiva promove a afiliação e aquisições de competências como o brincar. Já a presença de afeto negativo promove a presença de sinais como a angústia. O sistema de cuidados materno deve estar ajustado de uma forma adequada às necessidades da criança, por forma a dar suporte ao desenvolvimento de uma relação de vinculação segura. Esta coordenação entre as respostas do cuidador e o sistema de vinculação na criança é uma referência na sensibilidade materna. A repetição contínua nos cuidados prestados permite à criança desenvolver um sentido de eficácia assim como agilizar o seu repertório comunicacional. Além disso, ao experienciar conforto nos períodos considerados de maior *stress* induz uma autoregulação emocional. Por outro lado, a sua inexistência poderá orientar a criança no desenvolvimento de estratégias de *coping* inadequadas como o evitamento (Koonce *et al*, 2007).

Ainsworth referiu que as figuras de vinculação que providenciavam detalhes espontâneos eram relatadas como altamente sensíveis contrastando com aquelas que surgiam impercetíveis perante o comportamento dos filhos. Das observações realizadas foram apontados três padrões de vinculação: vinculação segura nas crianças que choravam pouco e surgiam satisfeitas em explorar o meio ambiente quando a mãe se encontrava presente; vinculação insegura, na qual as crianças demonstravam um choro constante mesmo quando pegadas ao colo pelas suas mães, investindo pouco no reconhecimento externo; e, por fim, não vinculadas, onde as crianças manifestavam comportamentos não diferenciais para a sua mãe (Bretherton I. , 1992).

Através destas conceções, Mary Ainsworth realizou em Baltimore uma observação controlada a qual denominou *Situação Estranha* permitindo dessa forma avaliar em contexto laboratorial o comportamento de vinculação (Machado, 2009).

Este procedimento experimental com duração de vinte minutos possuiu um total de oito episódios. Mãe e criança são colocadas na sala de brincar laboratorial. Mais tarde junta-se uma senhora desconhecida. Enquanto esta brinca com o bebé, a mãe sai por pouco tempo e

retorna ao mesmo local. A segunda separação decorre quando o bebé está completamente sozinho, por fim a desconhecida e a mãe voltam (Bretherton I. , 1992).

Tal como esperado, Ainsworth consigna que as crianças que exploravam o ambiente realizavam-no com mais entusiasmo quando as suas mães se encontravam presentes. Tal não acontecia na presença do estranho ou mesmo na saída da figura materna. Embora estes resultados parecessem muito interessantes, a autora ficou surpreendida pelos padrões comportamentais que surgiram na reunião. Do grupo de crianças com um ano de idade, poucos foram os que manifestaram raiva quando as mães retornaram da sua saída de três minutos. Como comportamentos exibiam choro e procuravam contato mas simplesmente não abraçavam quando eram levados para o colo da mãe. Em vez disso, exteriorizavam ambivalência batendo e abanando a mãe. Um outro grupo surgia evitante aquando da reunião com a figura materna, apesar de a terem procurado quando esta estava fora. Uma análise da amostra permitiu reconhecer que as crianças ambivalentes e evitantes possuíam uma relação menos harmoniosa com a mãe quando comparados com a maioria que procurava proximidade, interação e contato (Bretherton I. , 1992).

Especificando as classificações de vinculação, considera-se um padrão *Seguro* quando a criança revela a falta da figura parental na primeira separação e chora na segunda separação no entanto celebra a figura parental e busca o seu contacto. Após o regresso acalma-se e inicia a exploração do meio ambiente. Esta criança prefere a figura parental em detrimento à figura estranha. No padrão *Evitante* a criança não chora quando decorre a separação, dirigindo a sua atenção aos brinquedos e ao meio ambiente. No que respeita à figura parental esta evita um relacionamento, chegando mesmo a ignorar aquando do reencontro. A criança afasta-se e rejeita quando é pegada ao colo, podendo as suas respostas serem classificadas como não emocionais. O estilo *Ambivalente/Resistente* apresenta-se preocupado para com a figura parental ao longo do processo no entanto manifesta zanga ou passividade. Quando a figura parental volta para o reencontro este demora a acalmar-se, apresentando dificuldade na exploração do meio. No estilo *Desorganizado/Desorientado* a criança ao longo do processo apresenta um comportamento desorganizado e desorientado quando a figura parental está presente, expondo comportamentos que variam entre a inércia, expressões agonizantes e agitação motora, podendo colocar os braços no ar, erguer-se e tombar aquando do retorno da figura parental (Jongenelen, Soares, Grossmann, & Martins, 2006).

A relação desenvolvida durante o primeiro ano de vida é relevante para o desenvolvimento do sujeito na sua base cognitiva e socio emocional, pois a relação primária representa o modelo interno em que todos os outros modelos irão estar assentes. Está patente que os modelos de vinculação seguro ou inseguro são determinantes para o crescimento das múltiplas áreas no sujeito, como por exemplo as competências no relacionamento com os pares e estratégias cognitivas (Fox, 1995).

Um indivíduo que possua uma vinculação considerada segura tem habilidade de se relacionar de uma forma significativa e as suas relações são mais adaptativas, pois apresentam um maior nível de intimidade, confiança e satisfação com o companheiro. Sujeitos considerados inseguros e evitantes revelam menor satisfação e intimidade enquanto os indivíduos com padrão preocupado expõem mais complicações e até conflitos na sua relação (Figueiredo, Pacheco, Costa, Magarinho, 2006). Sugere-se igualmente que experienciam menor autoestima e bem-estar, pontuando menos na capacidade de se auto perceberem. Referenciam maior dificuldade na gestão de conflitos e menor capacidade de comunicar com o companheiro (Caron, Lafontaine, Bureau, Levesque, & Johnson, 2012).

Bowlby considerou que uma vinculação insegura aumenta a vulnerabilidade para um padrão psicopatológico, como por exemplo depressão, ansiedade, perturbações alimentares, distúrbios da personalidade e especialmente sintomas da perturbação *borderline* (Davila & Levy, 2006).

1.6 Transmissão Intergeracional dos padrões de vinculação

A transmissão intergeracional da vinculação encontra-se relacionada com o processo através do qual as representações mentais das experiências de vinculação com as figuras parentais irão influenciar a qualidade de vinculação e comportamento dos descendentes (Aviezer, Sagi, & Van Ijzendoorn, 2002).

Bowlby propôs que estudar esta condição permite conhecer de uma forma mais próxima a relação entre cuidadores e a sua prole (Seskin, Feliciano, Tippy, Yedloutsching, Sossin, Yasik, 2010).

No que concerne a esta temática verifica-se uma correspondência entre a classificação da vinculação nas crianças e as classificações das representações internas das figuras de vinculação (Aviezer, Sagi, & Van Ijzendoorn, 2002). Foi efetuado uma análise em múltiplos campos, em famílias de classe média e de *status* socioeconómico mais baixo, em

mães adolescentes ou culturas distintas como Leste Europeu, Japão e Médio Oriente. Da investigação, retira-se uma solidez nos resultados no que respeita ao fenómeno da transmissão intergeracional da vinculação (Bernier & Miljkovitch, 2009). Aponta-se para uma percentagem de fiabilidade entre os 75% a 82% para a figura materna e 60 a 62% para a figura paterna (Kurth, 2013).

Um estudo realizado por Zeanah e Zeanah (1989) verificou uma correspondência entre a classificação obtida por mães na *Adult Attachment Interview* (AAI) e o padrão de vinculação através da *Situação Estranha*. Dos resultados salienta-se uma correspondência na vinculação entre 76-86%. Também Fonagy, Steele, Moran e Steele (1991) predisseram o padrão seguro ou inseguro antes do nascimento da criança com uma precisão de 75%. Já Ward e Carlson (1995) investigaram setenta e quatro díades entre adolescentes e mães consideradas de alto risco, tendo resultado numa correspondência de 78% entre segurança/insegurança materna e segurança/insegurança no jovem. Os investigadores Benoit e Parker (1994) estudaram a estabilidade da vinculação ao longo de três gerações. Aplicando os padrões de vinculação seguro, ambivalente e evitante verificaram que os resultados obtidos pela AAI aquando da gravidez predisseram a classificação dos filhos na *Situação Estranha* em cerca de 81% tendo encontrado nas avós uma relação de 75%. Conclui-se que a capacidade de antever o padrão de vinculação antes do nascimento através da AAI é designadamente forte (Svanberg, 1998).

Sugere-se de igual modo que as experiências carinhosas, amorosas e sensíveis vivenciadas pelas figuras parentais serão transmitidas aos seus filhos. No entanto, uma parentalidade assente em autoritarismo e *stress* tende a ser associada a crianças agressivas (Kurth, 2013). Para além destas noções, a investigação aponta que os pais considerados autónomos possuem na sua maioria, relações seguras e manifestam maior cuidado na leitura dos sinais dos filhos, enquanto as crianças com uma vinculação ambivalente e preocupada têm cuidadores com padrões de vinculação evitantes e pouco responsivos. Por conseguinte, a transmissão dos padrões de vinculação poderá ser explicada através das diferenças na sensibilidade e responsividade parental (de Haas, Bakermans-Kranenburg, & van Ijzendoorn, 1994). As possíveis alterações ao nível da classificação vinculativa estão conectadas a eventos críticos decorridos na vida do sujeito, como por exemplo a perda de um dos pais, divórcio ou abuso sexual (Kurth, 2013).

1.7 Vinculação na Adolescência

A vinculação na adolescência é a saída da relação dual construída na infância entre a criança e os seus progenitores e meio para ingressar na vida adulta, onde existe uma extrapolação às ligações afetivas iniciais. A adolescência é marcada pela busca de novas relações junto dos pares e uma mudança no relacionamento com as figuras de vinculação. No entanto esta transição não leva o adolescente a colocar de parte o apoio parental embora intencione a sua autonomia. Presencia-se a criação de uma dinâmica relacional por parte do sujeito que cata a vinculação e avaliação/exploração do que o rodeia (Soares, 1996).

Há neste novo relacionamento um ajustamento de ambas as partes, pois as figuras de vinculação terão que abdicar a certas exigências provenientes do papel de pais e aceitar determinadas opções do adolescente. Do outro lado, o jovem vê-se perante uma reestruturação das relações afetivas entre si e as figuras de vinculação, a presença de pares e um crescente na componente íntima assim como no desenvolvimento afetivo/relacional. No entanto quando presente a fatores de *stress* acha-se junto das figuras de vinculação (Soares, 1996).

A mudança perpetrada pelo jovem poderá causar alguma rutura familiar, pois as figuras de vinculação estão menos evidentes. No entanto esta falta de visibilidade corresponde a um respeito pela autonomia e individualidade que está a ser construída pelo indivíduo. A relação de vinculação pode ainda auxiliar as escolhas de pares, encontrando-se aqui patente a importância da qualidade vinculativa efetuada na infância e a futuras relações construídas fora do nicho familiar. Um modelo de vinculação seguro será uma via facilitadora aquando da mudança dos modelos relacionais (Soares, 1996).

A informação empírica tem demonstrado que os adolescentes com uma vinculação segura conseguem de uma forma clara gerir os conflitos com as figuras de vinculação, ambas as partes exprimem os seus sentimentos e tentam encontrar soluções. Os adolescentes que apresentam este padrão de vinculação revelam confiança mesmo quando vivenciam conflitos. A investigação tem apontado que os pais de filhos seguros apresentam maior sensibilidade perante os estados emocionais dos mesmos. Uma vinculação insegura produz ansiedade, a resolução de conflitos decorrerá de uma forma menos harmoniosa e a negociação será difícil. A fraca demonstração afetiva por parte das figuras de vinculação será uma barreira na resolução de problemas existindo por vezes um afastamento na relação

parental, limitação na autonomia dos seus filhos e sobrevalorização dos problemas (Delgado, 2011).

Uma vinculação segura permite ao jovem aplicar um conjunto de recursos para que saiba lidar com as diferentes tarefas que fazem parte desta fase do ciclo vital, sendo caracterizados como menos ansiosos e hostis, com maior autoestima e capacidade em lidar com os problemas. Revelam uma disposição para a aprendizagem e conseguem trabalhar melhor os fatores stressantes. Os que possuem uma vinculação insegura, tal como os ambivalentes e preocupados expõem níveis elevados de afetividade negativa e pouca capacidade na sua regulação. Consequentemente demonstram uma elevada ansiedade, depressão e *stress* traduzindo-se em dificuldade na resolução de problemas típicos da adolescência. Detêm uma visão negativa de si próprios, pontuando baixo nas medidas que avaliam a autoestima (Delgado, 2011).

No que respeita ao estudo da vinculação na adolescência Kobak e Sceery (1988) usaram a AAI como base. A amostra era formada por 53 estudantes do primeiro ano universitário, possuindo uma média de idades de 18 anos. O autor analisou três dimensões: a percepção da vinculação pela AAI, a regulação do afeto relacionado com o nível de adaptação do ego, o seu controlo e uma avaliação da hostilidade e ansiedade pelo *Q-sort* de Block e Block (1980) que era aplicado a dois colegas do sujeito. Procurou-se igualmente avaliar as percepções do indivíduo no que respeita às suas relações familiares e de pares, no sentido de averiguar qual o apoio social, assim como o isolamento e inadequação pessoal, sendo estes fatores avaliados com uso de escalas. Da avaliação surgiram vários factos, segundo a AAI, sujeitos classificados como seguros viam-se com níveis baixos de alterações psicológicas e referiram apoio social elevado. Já a avaliação praticada pelos pares aos sujeitos seguros, mencionavam maior capacidade de adaptação do ego, detinham menor ansiedade e hostilidade. Os jovens que foram colocados no grupo dos desligados viam-se como mais isolados e tendo menos apoio social proveniente dos familiares. Na visão dos colegas eram observados como mais hostis e com menor adaptação do ego. O grupo preocupado era classificado como tendo maior perturbação pessoal no entanto viam a família como suporte. Os pares classificavam como ansiosos e revelavam menor adaptação do ego. Especificando os resultados obtidos provenientes da análise adaptativa do ego e da vinculação, os sujeitos considerados inseguros foram referidos como não tendo autoconfiança, apresentavam maiores preocupações na adaptação social e menor capacidade de se autoafirmar, sendo caracterizados como temerosos e frágeis (Soares, 1996).

Segundo Kobak e Sceery (1988) sujeitos classificados como inseguros gozavam de menor habilidade de se relacionar na via social e possuíam menor afeto. Revelavam mais desconfiança e evitavam relações íntimas, quando comparados com o grupo seguro. Já o grupo considerado desligado era examinado de uma forma mais negativa do que o preocupado. Estes dois grupos surgem como tendo menor capacidade de se ajustar, sendo que os colegas classificados como desligados possuem maior afeto negativo e menor interesse na relação com género oposto. O grupo desligado era descrito como mais negativo, denunciador, crítico e pouco simpático quando comparado com o grupo seguro e preocupado. Aquando da realização de entrevistas o grupo seguro classifica a vinculação com a presença de uma harmonia entre o *eu* e o outro, esta simetria faz com que sujeitos seguros busquem apoio quando necessitam, realizem avaliações na sua relação e não se identifiquem nem olhem para a figura de vinculação como perfeita ou culposa. Os restantes grupos ostentam um desequilíbrio no que respeita ao *eu* e ao outro, nesse sentido o autor alude que o grupo desligado demonstra uma diminuição do significado de relação e o grupo preocupado exhibe um certo cuidado nas suas relações, expondo conflitos e dor no entanto a visão sobre si mesmos encontra-se desregulada (Soares, 1996).

Também no contexto da Adolescência se encontraram relações entre vinculação e autoestima. Um estudo com jovens, possuindo uma amostra de 1583 sujeitos de várias origens (africana, europeia e mexicana) procurou relacionar a vinculação com a autoestima e os comportamentos antissociais. Utilizou-se dados sociodemográficos, avaliou-se a vinculação através do *Inventory of Parent and Peer Attachments* de Armsden e Greenberg (1987), o *Emocional Autonomy Scale* de Schaefer, (1965), a Escala de Autoestima de Rosenberg (1965) além de um Questionário sobre comportamentos Antissociais desenvolvido por Jessor & Jessor (1977). Os resultados obtidos sugerem que níveis elevados de evitamento por parte da figura materna, assim como níveis elevados de ansiedade provenientes da figura paterna estão associados a uma autoestima mais baixa. A investigação propôs que a vinculação às figuras parentais surge como forte preditor da autoestima nos jovens. Uma vinculação segura está associada com resultados positivos ou seja, menos depressão, ansiedade ou preocupações assim como presença de confiança para realizar tarefas até ao seu término. Confirmou-se igualmente a capacidade de *coping* na resolução de conflitos quando presente numa relação de cariz romântico (Arbona & Power, 2003).

Ao analisar os eventos anteriores é permitido reconhecer que os adolescentes e jovens adultos possuirão diferentes padrões de vinculação e irão de uma forma diferenciada,

responder à separação dos seus pais. É nesta fase que surgem vários acontecimentos marcantes na vida do sujeito, entre os quais a saída da habitação. É expectável que os jovens considerados seguros consigam emancipar-se da casa dos seus pais e estabelecerem o seu espaço sozinho ou com um companheiro. De igual modo, considera-se que conseguirão manter uma relação próxima com as figuras de vinculação. Contrariamente, os jovens adultos com um padrão de vinculação inseguro, apresentarão uma forte preocupação ou dependência perante as figuras parentais (padrão ambivalente), já o padrão de vinculação evitante manifestará confiança em si mesmo aquando da separação ou ainda poderão desistir das relações próximas que tinham (Mayseless, Danieli, & Sharabany, 1996).

1.8 Vinculação no Adulto

A Teoria da Vinculação apresenta-se como um sistema desenvolvimental abrangendo o percurso de vida do indivíduo. De igual forma, permite conhecer como certas experiências influenciam o sistema emocional e o bem-estar, não só na infância mas também na adultícia. Embora decorra um longo processo de investigação nesta área, atualmente continua a surgir algumas limitações na compreensão da vinculação nos adultos. Como o facto de não se encontra um consenso no que concerne às relações que estão ligadas a esta teoria ou ainda, como se caracterizam as suas funções ou expressões, pois muitos teóricos focalizaram-se na relação materna e esta é assumida como forte influência no crescimento interno do sujeito. Consequentemente, o conhecimento da vinculação nos adultos continua o seu progresso, ainda pouco conclusivo ou completo, pois subsistem várias dimensões e funcionalidades nas relações dos adultos que se encontram por expor (Sable, 2008).

Um dos fatores ligados ao sistema de vinculação é o seu impacto ao nível cerebral, atuando ao nível estrutural e funcional, o qual permanece ao longo da vida do sujeito. Similarmente, nesta fase do ciclo vital os indivíduos buscam suporte e proteção nas figuras de vinculação (Sable, 2008).

Weiss (1982) propõe que os cuidadores não assumam um papel de proteção mas procurem oferecer aptidões quando o sujeito se depara com obstáculos (*cit in* Crowell & Treboux, 1995, p.296).

As relações nos adultos possuem vários determinantes que surgem e servem um composto de necessidades provenientes de sistemas motivacionais (George & West, 1999). Aqui a vinculação possui um sistema comportamental sexual e afetivo que ganha importância

pois procura fortalecer relações entre o casal e potencia o sentido de vinculação entre eles. O crescimento emocional permite que o sujeito desenvolva relações de nível íntimo que variam desde a amizade ao amor romântico. O amor nos adultos desenvolve-se através de processos socioemocionais, os quais estão patentes em crianças e em primatas não humanos, podendo ser assinalada a presença de uma perspetiva evolucionista (Hazan & Shaver, 1987).

A investigação no âmbito da vinculação em adultos indica que o estilo de vinculação adquirido na infância ganha estabilidade entre os 12 e os 18 meses de idade. Seguindo a mesma linha de análise, as pesquisas efetuadas sugerem a existência de proporcionalidade e continuidade entre os estilos de vinculação iniciados nessa fase até ao estado adulto (Roberts, Gotlib & Kassel, 1996). O autor Fraley (2002) refere que embora hajam vários estudos longitudinais da vinculação que percorrem a infância até à vida adulta, os resultados por vezes são inconsistentes e criam debate.

Os autores Hazan e Shaver (1994) assim como Crowell e Treboux (1995) salientam que o sistema comportamental de vinculação no adulto é similar ao da infância, já que ambos procuram proximidade à figura de vinculação quando presente a fatores de *stress*, aumentando a sensação de conforto ou ansiedade aquando do seu afastamento. No entanto, aponta-se para distinções entre a vinculação no adulto e crianças-figuras parentais. As diferenças assentam no tipo de sistema comportamental, já que nos adultos este sistema é recíproco. Os companheiros não detêm o papel de “figuras de vinculação/cuidadores” embora possa encontrar-se este tipo de ligação em algumas relações. Nesta fase o indivíduo adulto revela dois papéis, vincula-se e serve de figura de vinculação. Nas crianças o sistema de vinculação é complementar, pois a figura de vinculação fornece cuidados mas não os recebe, a criança procura segurança mas não a providencia. Menciona-se que os adultos sabem que as figuras de vinculação estarão presentes sempre que necessário, contrariamente à criança. Outra distinção apontada entre a vinculação na infância e nos adultos é que na criança as figuras de vinculação são usualmente os pais e nos adultos maioritariamente é o par ou o parceiro sexual, sendo comum a integração de vários sistemas: vinculação, *caregiving* e sexual. Incluem-se outras funções na vinculação dos adultos entre as quais a competência, o companheirismo e a partilha de experiências (Hazan & Shaver, 1994; Crowell & Treboux, 1995).

Também Canavarro (1999) menciona no âmbito da investigação da vinculação em adultos, que uma das características presentes é que o sistema de vinculação decorre entre pares e não num padrão entre figuras parentais e criança, surgindo por vezes construções de

relações com base sexual. Tal como foi referido anteriormente, neste âmbito a vinculação pode ser descrita como recíproca (Canavarro M. C., 1999).

A construção de uma base segura na infância, possibilita ao sujeito nesta fase explorar novas experiências e atividades, sentindo-se confortável consigo mesmo. Concede a construção de relações mais duradouras, felizes e saudáveis. Contrariamente a esta visão, uma relação sem proximidade possibilita a presença de depressão, suicídio ou abuso de substâncias (Sable, 2008).

Os modelos dinâmicos internos criados na infância permitem compreender os diferentes níveis de intimidade, confiança e sentido de cuidar, além de proporcionar ao sujeito capacidade de se adaptar socialmente (Hazan & Shaver, 1987). Nesta fase do ciclo de vida, estas estruturas de carácter cognitivo e afetivo regulam o sistema de vinculação, da mesma forma que supervisionam os sentimentos e permitem uma reflexão acerca de detalhes e como agir perante certos factos (Sable, 2008).

Relacionando os modelos dinâmicos internos e os padrões de vinculação, poder-se-á expor que indivíduos com uma vinculação segura possuem modelos compostos por proteção do *self*, contrastando com os modelos provenientes de sujeitos como o desligado ou preocupado que são marcados pela vinculação ansiosa. Estes apresentam sistemas defensivos que bloqueiam a análise do seu *eu* mencionando que são indignos de proteção e até certo modo frágeis e inseguros (George & West, 1999).

A vinculação no adulto pode ser analisada como:

“Uma tendência estável do indivíduo para manter a proximidade e o contacto com uma ou algumas figuras específicas, percecionadas como potenciais fontes de segurança física e/ou psicológica” (*cit in* Canavarro, 1999, p. 121).

E comporta três sistemas comportamentais que se encontram relacionados com uma relação heterossexual: o primeiro é o sistema reprodutivo ou de acasalamento, o segundo refere-se à prestação de cuidados e o último é o sistema de vinculação (Soares, 1996).

A adultícia é igualmente marcada pelas relações consideradas de amizade que podem ser para o sujeito jovem ou adulto, relações de vinculação pois há uma busca pela proximidade, proteção e segurança. Os sujeitos deparam-se igualmente com a ansiedade no que diz respeito a uma possível separação ou a dor aquando da perda. A vinculação criada com os pais não desaparece e pode acontecer que na fase adulta passe a haver uma igualdade no que diz respeito à demonstração dos sistemas de vinculação e nos cuidados que são dados. No entanto, na fase final do ciclo vital há um câmbio nesta proporcionalidade, passando os filhos a cuidar das figuras de referência, criando desta forma uma relação assimétrica.

Sumariamente, este período caracteriza-se essencialmente pela vinculação a um parceiro, no entanto não é sinónima de perda das anteriores vinculações, apenas cria no sujeito uma nova organização das figuras de vinculação (Fonseca, Soares, & Martins, 2006).

Na fase adulta os modelos internos vão dar origem a padrões cognitivos, comportamentais e afetivos denominados de orientações da vinculação. Esta orientação é avaliada em duas dimensões: vinculação ansiosa e evitante. Os sujeitos adultos que pontuem mais na dimensão ansiosa têm dificuldades em confiar nas figuras de vinculação, além de terem medo que os seus companheiros não os amem de verdade e provavelmente os irão deixar quando mais precisarem deles. Esta preocupação conduz os indivíduos a agirem de uma forma hipervigilante a sinais de infidelidade ou possível abandono. Leva igualmente a uma necessidade constante de busca de segurança na ligação amorosa. Adultos que pontuem alto na dimensão evitante tentam manter a distância psicológica, a independência e a liberdade no que diz respeito aos seus companheiros. Não confiam neles e evitam ficar dependentes dos mesmos. Sujeitos pouco seguros encontram-se mais vulneráveis a sintomas depressivos pois os seus métodos de *coping* são menos eficazes. Indivíduos considerados ansiosos e evitantes possuem menos resiliência e são vistos como mais pessimistas. Sujeitos ansiosos tendem a analisar de uma forma mais negativa os eventos quando comparados com indivíduos que não possuem este estilo de vinculação. Usam menos as suas estratégias de *coping* ou quando as aplicam posicionam-se numa via mais emotiva. Os sujeitos considerados evitantes não usam estratégias adequadas e procuram menos o apoio social, usam outros meios como o evitamento, a negação, a distração ou a repressão. No que diz respeito à parentalidade nos adultos, os sujeitos com padrão de vinculação evitante poderão percecionar como difícil e até aversivo a ideia de gerar descendência e acreditam que ser pai é algo stressante e pouco satisfatório, aplicando castigos mais duros e esperando que os seus filhos sejam rapidamente independentes. Mães que apresentam este padrão de vinculação revelam mais desapego emocional e dão menos suporte. Bowlby reforça esta noção mencionando que estes indivíduos apresentam-se como relutantes no papel de pais, observando o seu filho como algo que se interpõe na sua independência. Na visão destes, a parentalidade é sinónimo de perda de liberdade e menos atividades recreativas (Rholes, *et al.*, 2011).

1.8.1 Padrões de Vinculação na Idade Adulta

Main (1990) propôs a diferenciação entre estratégias primárias e secundárias no que concerne ao sistema comportamental de vinculação. As estratégias primárias integram a busca pela proximidade à figura de vinculação bem como sentimentos de segurança. Já as estratégias de cerne secundário poderão ser inseridas no sistema comportamental de vinculação quando as estratégias primárias são consideradas ineficazes para a construção da noção de segurança. Além desta ligação, as estratégias secundárias teriam a capacidade de desencadear ativação ou desativação dos comportamentos anexos ao sistema comportamental primário. Ao analisar esta perspectiva, o padrão de vinculação evitante seria visto como uma desativação do sistema comportamental de vinculação, baseando-se na falta de resposta proveniente da figura de vinculação. Contrariamente, o padrão ambivalente seria composto pela hiperativação do sistema de vinculação tendo por base a confusão e a incerteza perante a figura de vinculação. Estas noções permitiram inferir na investigação que os principais tipos de organização na vinculação seriam separados em duas dimensões: a orientação primária na vinculação incluiria a noção de segurança contrapondo a de insegurança/ansiedade, assim como a estratégia secundária que compreenderia a desativação ou hiperativação da vinculação (Morrison, Goodlin-Jones, & Urquiza, 1997).

A investigação atual ao nível da vinculação nos adultos confirmou duas dimensões ortogonais sobre os padrões de vinculação. A primeira dimensão denominada de evitante avalia o grau de limitação sobre a intimidade e procura de independência ao nível psicológico e emocional. Crê-se que esta dimensão regula os comportamentos de vinculação. No que concerne à mesma, sujeitos considerados evitantes tendem a ser defensivos perante relações mais próximas. A segunda dimensão tem por nome ansiedade ou ambivalência e avalia o grau de preocupação do sujeito perante a falta do seu parceiro, seja pela presença ou suporte. Indivíduos considerados ambivalentes são ansiosos e possuem incerteza sobre a estabilidade da relação. Pensa-se que a dimensão ansiosa regula e monitoriza os acontecimentos que são relevantes para a vinculação (proximidade física e psicológica além da responsividade). Indivíduos que pontuem baixo em ambas as dimensões, tenderão a apresentar-se como seguros e sentir-se-ão bem numa relação em que há intimidade e dependência, não revelarão sentimentos de abandono ou falta de suporte (Rholes, Campbell, Tran, & Wilson, 2003).

Os autores Bifulco, Lillie, Ball & Moran (1988) reconheceram cinco estilos de vinculação na *Attachment Style Interview* (ASI). O primeiro estilo é o emaranhado, este

contempla sujeitos dependentes e as suas relações são pautadas pela agressividade, sentimentos hostis como a raiva assim como ambivalência ou manipulação. Esta tipologia de vinculação congrega na maioria das vezes, relações com pouca proximidade e vivências emocionais contraditórias. O seguinte estilo é o desligado sendo caracterizado pelo individualismo, cólera e inflexibilidade. Aqui os indivíduos evitam estar com outras pessoas e mencionam a falta de confiança nos outros. Os investigadores assinalam que numa situação de entrevista poderão revelar um tom de irritação conjugado com uma narração breve. O estilo amedrontado inclui emoções como o medo e sujeitos que manifestam ansiedade social, receio na rejeição mas desejam a proximidade, para além de uma narrativa de cariz ansioso.

O seguinte estilo de vinculação é o retraído, o qual pressupõe algumas características individualistas como o receio de compromisso, não apresentam raiva ou intolerância. O último estilo é o padrão/seguro que busca a relação interpessoal, procura a proximidade no foro emocional quer seja no companheiro ou em outros sujeitos relevantes (Robrigues, Figueiredo, Pacheco, Costa, Cabeleira, & Magarinho, 2004).

Hazan e Shaver (1987) por sua vez desenvolveram uma escala de autorreferenciação para a vinculação nos adultos, a qual identifica os três padrões de vinculação reconhecidos por Mary Ainsworth: seguro, inseguro-ambivalente e inseguro-evitante. Na mesma linha de análise, sujeitos que possuem uma vinculação segura criam com mais facilidade relações íntimas com outros sujeitos e sentem-se bem com a proximidade. Há um *continuum* de dar e receber no que respeita aos cuidados e as figuras de vinculação desempenham para eles um papel relevante quando surgem acontecimentos adversos. Os sujeitos são igualmente vistos como sensíveis e responsáveis. Indivíduos com o estilo de vinculação ansioso/ambivalente revelam dificuldades na proximidade com as figuras de vinculação e temem que ao se aproximarem, haja uma separação por parte de amigos ou companheiros amorosos. O estilo de vinculação evitante integra desconforto na relação, quer na proximidade ou intimidade. Aqui os sujeitos exibem desconfiança olhando para os demais como não confiáveis e pouco responsivos, evitando cuidar ou ser cuidado, pois esta ação denomina dependência (Fonseca, Soares, & Martins, 2006).

Bartholomew e Horowitz (1991) também contribuíram para o conhecimento na vinculação no adulto, tendo apresentado um modelo que integrava o *self* e perceção dos outros. O primeiro componente corresponde à capacidade de análise sobre si mesmo que divergirá entre o positivo e o negativo, “*sou merecedor de ser amado e cuidado ou não*”. Este é conjugado com o reconhecimento dos outros, que também se separa em elementos positivos

e negativos, “*vejo os outros como confiáveis e presentes*”, que contrasta o com a noção de “*falíveis e rejeitantes*”. Esta conjugação *eu/outros* congrega-se numa combinação de quatro padrões provenientes das duas dimensões assinaladas. O primeiro indica o sentido de valorização conjugado com a expectativa de que os outros são responsivos, denominando-se seguro. O segundo corresponde a um sentido de indignidade para receber amor combinado com uma avaliação positiva dos outros, correspondendo a uma noção em que o sujeito luta contra si mesmo para se aceitar e tal só acontece quando é validado pelos demais. Os autores definiram este estilo de vinculação de preocupado. O terceiro integra igualmente a noção de incapacidade na receção de afeto e uma visão negativa dos outros que são vistos como rejeitantes. Ao evitar relações próximas, o sujeito encontra-se desprotegido contra possíveis recusas, desta forma é chamado de temeroso/evitante. Por fim, o último padrão conjuga a conceção de que o sujeito não merece receber o afeto, combinada com a disposição negativa para com os outros. Estes sujeitos protegem-se contra as decepções afetivas ao evitar possíveis relacionamentos. Apresentam um sentido de independência e invulnerabilidade, tendo sido denominado indiferente-evitante (Bartholomew & Horowitz, 1991).

Griffin & Bartholomew (1994) apresentam uma explicitação do modelo anterior. O protótipo contém quatro padrões de vinculação e é definido pela interseção de duas dimensões: o modelo positivo do *self* e da visão dos outros, acerca do sujeito. O primeiro contempla a habilidade do indivíduo em se analisar de uma forma positiva, autovalorizando-se conjugado com a expectativa que os outros respondam também positivamente. Por conseguinte, o modelo do *eu* encontra-se associado ao grau de ansiedade e dependência vivenciado na relação e o modelo dos outros relaciona-se com a propensão em procurar ou evitar relações próximas (Griffin & Bartholomew, 1994).

Já os padrões de vinculação são conceptualizados como estratégias que visam a regulação da noção de segurança nas relações. Dos quatro padrões de vinculação, dois surgem marcados pela hesitação em tornar-se íntimo com os outros: o temeroso é definido por um *self* negativo e o modelo dos outros consiste numa ansiedade e evitação elevadas. O indiferente possui um *self* positivo e um modelo negativo dos outros, contendo baixa ansiedade e alto evitamento. O padrão seguro é definido por um modelo positivo do *self* e dos outros, com baixa ansiedade e evitamento. O padrão preocupado contém um *self* negativo e um modelo positivo dos outros com ansiedade elevada e baixo evitamento (Griffin & Bartholomew, 1994).

Cada um dos padrões apresentados integra uma componente emocional e um comportamento interpessoal. Sujeitos temerosos apresentam-se altamente dependentes para que se sintam bem consigo próprios e evitam a intimidade para que não sintam a possível perda ou rejeição. Os indivíduos evitantes possuem expectativas negativas sobre os outros e por isso evitam a sua aproximação, embora apresentem uma autoavaliação positiva de si próprios, através da desvalorização da relação ou manifestando a importância da independência. Já os sujeitos preocupados, exibem uma forte desvalorização de si mesmos, no entanto expõem um modelo positivo dos outros, validando as suas relações e buscando a aproximação de uma forma excessiva, conduzindo-os a níveis elevados de ansiedade quando as suas necessidades não são realizadas. Por fim, os sujeitos seguros apresentam uma visão positiva de si e revelam conforto na relação, sendo esta caracterizada por níveis elevados de intimidade (Griffin & Bartholomew, 1994).

De uma forma global, os indivíduos que integram um modelo de vinculação segura tenderão a revelar confiança e saberão que o suporte emocional estará presente quando necessário. No que respeita aos sujeitos evitantes, buscam menos suporte nas suas figuras de vinculação quando presentes a situações de *stress* além de criarem mais expectativas negativas sobre a disponibilidade no suporte. Refere-se ainda que estes indivíduos alegam menor satisfação no suporte que lhes é dado. Ressalta-se a importância da adaptabilidade na base afetiva, que permite ao sujeito a mudança nos papéis de cuidador e figura cuidada, ajustando-se ao meio em que se encontra (Robrigues, Figueiredo, Pacheco, Costa, Cabeleira, & Magarinho, 2004).

Matos (2002) expõe que a forma em que foi concretizada a vinculação vai ser posteriormente extrapolada para a relação amorosa. Adultos com uma base segura apresentam os relacionamentos num patamar positivo, com referências agradáveis ao nível da intimidade, na confiança, no compromisso e interdependência quando comparados com sujeitos evitantes. Por outro lado, os indivíduos com vinculação ansiosa/ambivalente caracterizam as suas relações emocionais como negativas, conflituosas e até ciumentas. No mesmo sentido, Bifulco, Moran, Ball e Bernazzani (2002) consignam que os sujeitos com uma vinculação insegura têm mais discórdias no casamento e sentem-se menos apoiados pelo companheiro quando comparados a indivíduos que têm uma base de vinculação segura (*cit in* Rodrigues, Figueiredo, Pacheco, Costa, Cabeleira, & Magarinho, 2004, p.644).

Uma análise aos estilos de cuidados adotados pelos companheiros num relacionamento através da AAI (Main, Kaplan, & Cassidy, 1985) indicou que os indivíduos

seguros revelavam mais tranquilidade quando os seus companheiros lhes forneciam apoio moral, enquanto os evitantes ficavam calmos quando lhes era dado algo instrumental (Rholes, *et al.*, 2011). Sujeitos com vinculação segura procuram e usam o suporte, revelam preocupações e são responsivos pelos seus companheiros (Crowell, Treboux, Gao, Fyffe, Pan, & Waters, 2002). Integram relações positivas e apresentam confiança. Revelam relações mais duradouras quando comparados com indivíduos ansioso-ambivalentes, para além de mencionarem dependência e desejo de compromisso nas suas relações. Já os indivíduos com vinculação evitante ostentam desconfiança e distância perante o outro, reportam igualmente que nunca foram amados ou se apaixonaram, além de alegarem pouca intensidade nas suas experiências amorosas (Feeney & Noller, 1990).

1.9 Estudos sobre Vinculação

Isabel Soares (2006) contribui para esta questão ao compilar um conjunto de investigações com populações diferenciadas: infância, adolescência e a idade adulta.

O primeiro estudo referenciado pela autora tem como autores Jongenelen e colaboradores (2006) os quais buscam a compreensão da transmissão intergeracional da vinculação num grupo específico, sendo este mães adolescentes e os seus filhos. Os investigadores aplicaram no seu estudo a AAI de George, Kaplan e Main, (1985) assim como a *Situação Estranha* de Ainsworth e Witting (1969); Ainsworth e Bell (1970); Ainsworth, Blehar, Waters e Wall (1978). O estudo acima referenciado apresentou sobre as mães adolescentes e seus bebés um padrão de vinculação que pode ser visto como muito idêntico às ditas amostras de carácter normativo, quer ao nível do nosso país, quer do exterior. Quando observadas, as mães que possuem um padrão de vinculação inseguro aproximam-se à distribuição de mães que detêm um nível económico e social baixo. O artigo propôs igualmente analisar a questão da via de transmissão intergeracional da vinculação, no entanto os resultados obtidos não foram conclusivos (Jongenelen I., Soares, Grossmann, & Martins, 2006)

O segundo estudo tem por autores Veríssimo e Salvaterra (2006), os quais referem o tema da adoção. Os autores colocaram a seguinte questão: *a idade da criança aquando da adoção terá influência na qualidade da vinculação com a sua nova família?* Além desta questão surgiu uma outra, que se refere ao modelo interno dinâmico da mãe e comportamento seguro de vinculação adotado pela criança. Foi então aplicado o *Attachment*

Behaviour Q-Set e as *Narrativas de Representação da Vinculação em Adultos*, procurando compreender a relação sobre as variáveis apresentadas. Os autores apontam para a presença de um período crítico para que ocorra vinculação e mencionam a importância da figura materna, a qual deve propiciar estabilidade e estimular a vinculação. Foi igualmente referido que o modelo interno da mãe poderá ter uma influência na qualidade dos cuidados dados à criança (Veríssimo & Salvaterra, 2006).

Figueiredo e seus colaboradores (2006) integram na sua investigação a qualidade da vinculação e relações significativas na gravidez em adultos e adolescentes. Anexado a esta questão encontram-se especificidades de nível social e demográfico, assim como condições que possam levar a um padrão de vinculação seguro ou inseguro. Além deste enfoque, os autores pretenderam conhecer qual a relação entre os estilos de vinculação na qualidade do relacionamento e apoio dado à mãe. Recorreu-se à aplicação do ASI de Bifulco e colaboradores (1988) obtendo-se os seguintes resultados: acontecimentos que foram relevantes na vida daquela mulher, quer no passado ou no presente como uma separação ou divórcio dos pais na sua infância/adolescência ou a passagem pelo desemprego na atualidade, estão relacionados com um padrão de vinculação inseguro. O estilo de vinculação adotado tem uma influência nas presentes relações, pois um padrão de vinculação de carácter inseguro converge em relacionamentos com menor qualidade com o companheiro ou sujeitos significativos (Figueiredo, Pacheco, Costa & Magarinho, 2006).

Matos e colaboradores (2001) realizam uma abordagem relacional, pretendendo verificar diferenças entre a vinculação feita aos pais e a vinculação ao par romântico, ao nível do género na fase da adolescência. Para tal aplicou-se o *Family Attachment Interview* e o *Peer Attachment Interview* de Bartholomew e Horowitz, sendo que os resultados apontam para uma homogeneidade da qualidade da relação, ou seja, um padrão seguro de vinculação efetuada às figuras parentais apontam para vinculações igualmente seguras nas relações românticas, assim como uma visão mais positiva de si e dos outros. Não foram encontradas diferenças no que respeita ao género do adolescente (Bartholomew & Horowitz, 1991; Matos, Barbosa, & Costa, 2001).

Para finalizar, a validação de uma escala para a população portuguesa, realizada por Canavarro (1999) a qual desenvolveu a *Escala de Vinculação do Adulto* (EVA), sendo a versão original o *Adult Attachment Scale-R*, de Collins e Read (1990), (Canavarro M. C., 1999).

O desenvolvimento da prova AAS-R foi apresentado no trabalho denominado *Adult Attachment, Working Models, and Relationship Quality in Dating Couples*. Neste estudo os autores procuraram melhorar alguns aspectos do instrumento de Hazan e Shaver (1987) que compunha três estilos de vinculação (Seguro, Evitante e Ansioso/Ambivalente). Para isso, os autores Collins e Read (1990) extraíram 15 itens que ficaram dispersos em conjuntos de cinco itens para cada padrão de vinculação. Para além deste determinante incluíram seis novos itens que correspondem a noções não contempladas no instrumento de Hazan & Shaver (1987), salienta-se: “crenças sobre a disponibilidade da figura de vinculação e a sua resposta quando requerida” assim como “reações à separação da figura de vinculação”.

A análise fatorial final concluiu a presença de 18 itens: 6 para cada estilo de vinculação. Os sujeitos escolheriam qual a citação que mais se aproximava das suas percepções e classificariam numa variância entre 1 – *Nada característico em mim* até 5 – *Muito característico em mim*. A amostra utilizada neste estudo foi de 406 estudantes da Universidade da Califórnia, distribuídos em 206 mulheres e 184 homens com idades entre os 17 e os 37 anos. A análise estatística deu origem a 3 dimensões: “*Depend*”, “*Anxiety*” e “*Close*”. Estas apresentaram *alphas* de (.75) (.72) e (.69) respetivamente. Foram também estudadas as relações entre as dimensões. Para a dimensão “*Close*” e “*Depend*” a relação foi de ($r = .38$), propondo que os sujeitos com confiança apresentam-se mais confortáveis com a proximidade no campo emocional. As dimensões “*Anxiety*” e “*Close*” assim como “*Anxiety*” e “*Depend*” apresentaram ligações fracas com valores de ($r = -.08$) e ($r = -.24$). Os autores salientam que a diferença entre o sexo masculino e feminino baseou-se no fator proximidade. Os homens sentiram-se mais confortáveis na procura de proximidade quando comparados com as mulheres, (Collins & Read, 1990).

Capítulo 2

Cuidados Parentais

2.1 Memórias de Cuidados Parentais

As memórias dos sujeitos dão a conhecer o passado e são um forte contributo para a identidade e coerência das suas vidas. Integram a personalidade do indivíduo e quem revela melhor as suas memórias, possui melhores capacidades em se relacionar socialmente (Peterson & Nguyen, 2010).

A investigação nesta área tem apontado para as variáveis sociais como influenciadoras nas memórias dos sujeitos, salientando-se a díade figura parental-criança. Desta díade as duas dimensões mais evidentes são o envolvimento dos pais na vida dos sujeitos e a afetividade dessas mesmas relações (Peterson, Smorti & Tani, 2008).

Na infância, a criança desenvolve relações significativas com vários indivíduos, essencialmente a família e com o crescimento, os pares. Nestas relações há um gasto de tempo que permite a criação de memórias. A investigação tem apresentado que as figuras parentais influenciam as memórias dos seus filhos, principalmente na idade pré-escolar. O recordar eventos significativos é considerado uma atividade social que permite igualmente a criação de memórias. Atualmente, as memórias são examinadas como construções da vida do sujeito. É possível mencionar que as interações que foram realizadas entre as crianças e as figuras de vinculação afetam as suas perceções e integrarão a sua história pessoal. No entanto, os pais não são os únicos a influenciar a memória, pois os pares tornam-se cada vez mais importantes à medida que o indivíduo cresce (Tani, Bonechi, Peterson, & Smorti, 2010).

Integrando a qualidade da relação parental e a vinculação, as crianças que são consideradas seguras possuem relacionamentos mais próximos e ao recordar os sujeitos revelam mais detalhes sobre os acontecimentos passados, particularmente na componente emocional. Já os adultos que integram também este padrão de vinculação manifestam maior facilidade ao aceder às memórias quando comparados com os evitantes já que apresentam pobreza nas suas memórias emocionais (Peterson & Nguyen, 2010).

No que concerne a esta temática, a investigação tem citado uma relação que compreende a qualidade da relação entre a figura materna e a sua descendência assim como a evocação das experiências na infância, protagonizadas pela progenitora. Ao aplicar a AAI (Main *et al.* 1985; Main & Hesse, 1990) demonstraram que os pais que receberam afetividade por parte das suas figuras de vinculação eram classificados como seguros e autónomos no seu padrão de vinculação assim como os seus filhos. Por outro lado, as figuras parentais que obtiveram na sua infância vivências que englobavam rejeição eram classificadas como

desvinculadas e os seus filhos possuíam vinculações ansiosas e igualmente evitantes. Poder-se-á apontar que as mulheres que obtiveram experiências infantis positivas, possuem também filhos com uma vinculação similar, contrariamente às que experienciaram vivências negativas na infância (Siddiqui, Hägglöf & Eisemann, 2000).

A este parâmetro é possível acrescentar a importância da linguagem para a construção das memórias, pois os pais que referem questões do passado aos seus filhos, principalmente na idade do pré-escolar são vistos como elaborados e procuram elucidá-los para a conversação e promoção do diálogo. As figuras parentais que são caracterizadas como pouco conversadoras e com diálogo pouco detalhado, aplicam muitas vezes questões fechadas que não vão enriquecer o diálogo, logo a criança receberá pouca informação. Assim, menciona-se que mães mais elaboradas na linguagem possuem maior capacidade de partilhar informação sobre memórias de eventos passados (Tani, Bonechi, Peterson, & Smorti, 2010).

Uma outra dimensão da relação parental é a qualidade das memórias dos seus filhos e o envolvimento que é feito nas suas vidas, pois têm sido encontradas correspondências entre a qualidade da relação parental e as memórias dos cuidados parentais, bem como uma ligação entre as memórias e o padrão de vinculação. Segundo McCabe, Peterson e Connors (2006), a narração é um veículo pelo qual se pode observar o modelo interno dinâmico da relação empregue pela criança (McCabe, Peterson, & Connors, 2006).

Uma relação entre figuras parentais e filhos assente num padrão de vinculação seguro, é caracterizada como contendo abertura do diálogo de eventos passados, contendo um elevado carácter emocional e forte elaboração e contribuindo para um melhor estilo comunicacional dos acontecimentos. De uma forma global, as crianças e adolescentes que obtiveram ao longo do seu percurso de vida relações afetivas positivas com as suas figuras de vinculação conseguem recordar mais facilmente o que aconteceu no seu passado e as suas memórias são ricas em detalhes e referências emocionais, embora nos adultos esta relação não tenha sido muito explorada. Poder-se-á indicar que a relação construída entre pais e descendência será refletida nas memórias autobiográficas (Tani, Bonechi, Peterson, & Smorti, 2010).

Os investigadores Peterson, Smorti e Tani (2008) demonstraram que diádes positivas entre as figuras de vinculação e os seus filhos bem como o forte envolvimento parental possuem um efeito significativo nas memórias passadas em jovens adultos italianos. Quanto mais positiva a relação com os pais e mais forte o envolvimento parental, maior a capacidade

de estes lembrarem acontecimentos passados, como na idade pré-escolar, com afetividade positiva (Peterson, Smorti & Tani 2008).

Indica-se que as mulheres que obtiveram relações mais afetuosas com as suas mães conseguem lembrar melhor, quando comparadas com aquelas em que as relações eram menos positivas. O mesmo acontece nos homens que tiveram relações calorosas com as figuras de vinculação e que ambos os pais se envolveram positivamente na sua vida, pois conseguem recordar com facilidade as memórias da sua infância (Peterson, Smorti & Tani 2008).

No que respeita às memórias dos cuidados parentais, as investigações concretizadas por Rothbard e Shaver (1994) apresentam a seguinte visão: a memória da mãe como uma figura não ansiosa, revelando humor, traduzirá no sujeito adulto uma perspetiva de disponibilidade conjugada com presença de afeto e suporte. Por outro lado, uma visão na infância de uma mãe ansiosa e inquieta direciona o sujeito para uma alheação. Deste modo, quando comparados sujeitos inseguros com seguros, os últimos possuem uma recordação mais positiva das figuras de vinculação na infância e referem na idade adulta continuar a ter o mesmo estatuto positivo com os pais. Os autores Feeney e Noller (1990) citam semelhanças nos dados obtidos, indo ao encontro dos autores anteriores, neste sentido os sujeitos com vinculação segura revelam noções mais positivas ao nível da interação com as figuras de vinculação (Robrigues, Figueiredo, Pacheco, Costa, Cabeleira, & Magarinho, 2004).

No adulto, as noções passadas são reconstruídas através das circunstâncias atuais mas também dos múltiplos eventos que ocorreram ao longo da sua vida. As informações dadas pelos adultos no que respeita às suas histórias pessoais provêm de fatores múltiplos, incluindo as crenças e teorias conjugadas com o estado psicológico (Fox, 1995).

Myers e Brewin (1994) referem que a personalidade afeta a coerência da evocação da experiência passada. Sujeitos repressivos caracterizam a sua infância com um padrão de antipatia e indiferença. Para além da influência ao nível da personalidade, também os fatores de ordem psicológica e social revelam afetar as memórias relativas ao trato sofrido na infância. Na atualidade, o sujeito é igualmente influenciado pelas suas crenças pessoais e avaliação psicológica que se irá traduzir numa reconstrução e reinterpretação do seu *eu* (van Ijzendoorn, 1995).

2.2 Cuidados Parentais

Podemos considerar que ao nível dos cuidados parentais coexiste uma influência no desenvolvimento da criança que abrange diferentes domínios: social, académico, saúde mental e física. É por isso relevante ajustar as suas necessidades já que a infância é um período em que esta se encontra desprotegida e integra múltiplos componentes como o desenvolvimento do comportamento adaptativo, linguagem, motricidade e desenvolvimento socioafetivo (Krochek & Mowder, 2012).

Como elementos basilares da dimensão dos cuidados parentais encontra-se a sensibilidade e responsividade. A inclusão da sensibilidade compreende a incorporação de fatores como o cuidado na participação de atividades junto da criança, olhar para as suas necessidades e desejos. Já a responsividade envolve a aceitação da criança, o desejo de interação e a criação de autonomia. Relaciona de igual forma a construção de uma aptidão social, do desenvolvimento cognitivo e moral (Wilson & Durbin, 2013). Deve permitir a expressão emocional e abarcar empatia, sensibilidade, reduzir a raiva e aumentar o afeto positivo. A sua presença cria segurança quando a criança se encontra face a fatores ansiogénicos. Figuras parentais que pontuem baixo nesta dimensão são caracterizados como frios, distantes e pouco disponíveis (Kiff, Lengua, & Zalewski, 2011).

Também a autonomia e suporte integram a componente dos cuidados parentais, influenciando os pais a procurarem entender as perspetivas dos filhos e criam nas crianças a vontade de conhecer o meio envolvente. As figuras parentais que não gerem estes fatores aplicam um controlo excessivo, manipulam, culpam e demonstram um amor condicional que visa pressionar os seus filhos (Brenning, Soenens, & Braet, 2012).

Os cuidados parentais que envolvem um investimento na socialização permitem o crescimento da competência, pertença e internalização das regras parentais resultando numa autorregulação comportamental. Por outro lado, os cuidados parentais negativos reúnem rejeição e promovem afetividade negativa (Kiff, Lengua, & Zalewski, 2011).

Esta componente envolve também a transmissão intergeracional, já que o comportamento materno que é passado para o filho provém da experiência que esta teve no relacionamento com os seus pais e das suas reconstruções pessoais. O sentimento de segurança ou insegurança criado pela vinculação entre mãe e criança permite que o indivíduo se desenvolva psicologicamente num sentido de confiança ou desconfiança acerca do ambiente que o rodeia. Crianças seguras acreditarão na sua eficácia, desenvolverão relações e

irão explorar o seu ambiente ao contrário das crianças inseguras que terão menos sucesso nas primeiras tarefas de ordem desenvolvimental (Fox, 1995).

A teoria da vinculação fomenta uma base que permite constatar a relação entre os cuidados parentais e os padrões de vinculação. Para que exista uma vinculação segura, as figuras parentais devem providenciar conforto e proteger a criança quando esta se encontra ansiosa mas também devem levá-la a desenvolver a sua autonomia e proporcionar momentos exploratórios, por forma a construir uma base segura. No entanto, as crianças que vivenciem momentos que congregam irresponsabilidade parental ou intrusividade, como a presença de um controlo excessivo, construirão desconfiança, baixa autoconfiança e evitamento na relação. Crianças com uma vinculação ansiosa experienciarão cuidados inconsistentes e fraca responsividade. Inerente a este padrão, os sujeitos sentirão uma fraca competência concomitante com um *self* negativo (Brenning, Soenens, & Braet, 2012).

Nos adultos, os autores Collins e Read (1990) avaliaram a associação entre os cuidados dados na infância e o estilo de vinculação amorosa na idade adulta e registaram que as mulheres que vivenciaram uma vinculação segura, descreviam a sua relação como confortável, havendo proximidade emocional e a confiança com o seu companheiro. Sujeitos inseguros classificam as figuras parentais de uma forma menos positiva quando comparados com o grupo de indivíduos seguros, admitindo a presença de uma boa relação com as figuras de vinculação, manifestando a sua significância e abordando o papel da figura materna como relevante (Robrigues, Figueiredo, Pacheco, Costa, Cabeleira, & Magarinho, 2004).

2.3 Sistema Comportamental de Cuidados Parentais

O sistema comportamental de cuidados parentais foi exposto pelos autores Solomon e George (1996) como um sistema mútuo ao da vinculação. A sua principal função é fornecer proteção, conforto e cuidados à criança, tendo as suas raízes nas vivências vinculativas e é consolidado na adolescência, no entanto poderá sofrer alterações quando os indivíduos entram na paternidade (Solomon & George, 1996).

A ligação entre o sistema comportamental de vinculação e de cuidados parentais emana algumas diferenças, pois este último sistema na população adulta encontra-se relacionado com as experiências de vinculação da infância e da atualidade e integra componentes hormonais (Walsh, 2010). A oxitocina é um exemplo de uma hormona associada a este sistema. Esta é fortemente associada à gravidez e à lactação, mas permite

igualmente que a responsividade seja realizada, sendo que os valores elevados desta hormona permitem a realização de cuidados parentais mais desinibitórios, promovendo calma, maior tolerância ao *stress* e à monotonia. Esta hormona afeta também o bebé pois altera a sua sensibilidade (Dozier, 2000)

Este sistema também incorpora outros núcleos para além da sobrevivência da criança, poder-se-á incluir o ensino, a alimentação e o brincar. Sendo assim, os pais utilizarão diferentes respostas consoante os distintos sistemas comportamentais de cuidados parentais, como por exemplo, a sensibilidade quando ensina ou alimenta (Cassidy, 1999).

Embora o sistema comportamental vinculação revele uma ligação ao sistema comportamental de cuidados parentais, decorrem diferenças na sua ativação ou desativação. Quando o sistema de cuidados parentais se encontra ativado, o sistema comportamental de vinculação na criança encontrar-se-á desativado pois os comportamentos vinculativos não são necessários uma vez que a figura parental assumiu um papel responsivo que visa a proximidade. Caso o sistema comportamental de cuidados parentais não se encontre ativado, então o sistema comportamental de vinculação entrará em ação e a criança poderá chamar pela figura de vinculação. Num contexto de saída da figura materna, a criança pode ficar um pouco perturbada devido à ativação do sistema de vinculação. Já a proximidade e monitorização da criança por parte da mãe permite que a mesma explore o meio ambiente (Cassidy, 1999).

É relevante mencionar que a ativação de sistemas comportamentais, como o dos cuidados parentais agrega sinais internos e externos. Os internos poderão ser hormonas, crenças ou condição parental (a figura parental está cansada/doente). Já os externos encerram contextos ambientais como o perigo, o estado da criança (cansado/doente) e o seu comportamento que revela se há ou não exibição de comportamento de vinculação (Cassidy, 1999).

O sistema de cuidados parentais tem associado emoções, um dos exemplos é quando mães demonstram uma satisfação intensa quando protegem os seus filhos e também uma forte emotividade quando os seus objetivos de proteção não são conseguidos. Relativamente ao início ou término deste sistema comportamental depende da criança, dos processos internos e dos fatores de ordem ambiental. Já a sua organização decorre dos processos cognitivos que provêm dos cuidadores, da interação com outros sistemas comportamentais que integram o progenitor e a sua relação com outros indivíduos, percorrendo assim múltiplos campos desde o biológico até ao empírico. Também envolve a participação da criança com o objetivo da

promoção de uma base segura, influenciando a relação mãe-bebê e todo o sistema familiar, ultrapassando as possíveis barreiras culturais e valores (Carlson & Harwood, 2003).

2.4 *Caregiving* nos Adultos em interação com o sistema comportamental de Vinculação

As relações criadas pelos adultos possuem uma natureza íntima, tendo o sistema de cuidados parentais como que complementar do sistema comportamental de vinculação. O seu objetivo é conhecer as necessidades vinculativas e aliviar o parceiro na componente ansiogénica, quando o sistema de vinculação se encontra ativado. Nesse momento em que o sujeito se sente inseguro o companheiro providencia o suporte necessário. Kuncze e Shaver (1994) realizaram uma ligação entre o *caregiving* e quatro núcleos que incorporam as relações nos adultos. Entre eles a Proximidade, que consiste na disponibilidade física do sujeito quando o companheiro busca suporte; a Sensibilidade, que se relaciona com a perceção do companheiro perceber as necessidades vinculativas; o Controlo, que se associa com a capacidade em acarretar problemas do companheiro em vez de providenciar assistência; e o *Caregiving* Compulsivo que é a tendência por parte do companheiro em ser intrusivo no suporte em vez de observar as necessidades reais ou preferências do parceiro. Os autores realizaram uma conceção entre os quatro tipos de padrões de vinculação e as quatro dimensões apresentadas anteriormente. A amostra integrava estudantes universitários e foram encontradas as seguintes relações: os sujeitos com uma vinculação segura pontuavam alto na proximidade quando comparados com indivíduos de vinculação evitante. Já os sujeitos preocupados, reportavam maior proximidade quando equiparados com o grupo de vinculação evitante. Já os indivíduos seguros continham mais sensibilidade quando comparados com o grupo dos inseguros. A dimensão controlo não possuiu relação com qualquer padrão da vinculação, já o *caregiving* compulsivo apresentou valores mais elevados nos sujeitos com uma vinculação preocupada quando analisados com o grupo seguro e evitante (*cit in* Péloquin, Brassard, Delisle, & Bédard, 2013, p.186).

Capítulo 3

Autoestima

3.1 *Self*

Segundo a literatura, o *self* apresenta-se como uma estrutura complexa e múltipla, que regula o comportamento, possuindo estabilidade e maleabilidade (Klein, Wonderlich, & Crosby, 2001).

A sua composição comporta três vertentes: a autoperceção, o *self* ideal e o conjunto de identidades sociais. O primeiro fator corresponde à compreensão que o sujeito tem acerca das suas características, competências e valores. Para além desta noção, a autoperceção pode ser analisada em duas vias: nível e força. O nível indica o grau pelo qual o sujeito avalia um determinado atributo. Ao utilizar o nível do atributo, os indivíduos aplicam duas referências: o padrão ordinal que é usado quando o sujeito se compara a outros, ou um padrão fixo que pode ser analisado como uma meta perante um critério pré definido, exemplificando: o indivíduo pretende obter o grau de Licenciatura. No que respeita à força, esta refere-se à forma como o sujeito se percebe. Indivíduos que se veem como fortes têm tendência a apresentar percepções firmes acerca de determinadas atribuições. Um sujeito que se vê como fraco revela incerteza no nível atribucional (Leonard, Beauvais, & Scholl, 1999).

O *self* ideal expõe um conjunto de competências e valores que o indivíduo desejaria ter. Além destes fatores, inclui-se as normas e expectativas do grupo de referência. Quando as respostas são positivas e incondicionais, os sujeitos tenderão a internalizá-las na forma de traços, competências e valores importantes para esse mesmo grupo. Por outro lado, é relevante que o grupo referencial analise o indivíduo como possuidor dessas mesmas competências. Uma outra característica é a sua construção através de objetivos internos e padrões que motivam o sujeito a agir, podendo figurar como uma luta individual para se aproximar da excelência ou para atingir as expectativas que são revelantes para os outros (Leonard, Beauvais, & Scholl, 1999).

Além destes aspetos o *self* é influenciado pelo sistema ambiental que rodeia o sujeito, influenciando a regulação das cognições e dos comportamentos (Klein, Wonderlich, & Crosby, 2001).

Um *self* valorizado encontra-se relacionado com a incorporação de cuidados na infância tendo integrado noções de proteção, segurança, suporte e autonomia. Por outro lado, um sujeito que não obteve respostas às suas necessidades construirá um *self* despojado de valor assente numa visão de indisponibilidade, rejeição e abuso. Desta forma, sujeitos com um padrão de vinculação seguro revelam uma visão positiva de si mas também crítica,

aceitando as suas limitações, que não são examinadas como ameaça. Já os indivíduos que apresentam um padrão de insegurança na sua vinculação manifestam uma visão negativa de si ou uma idealização do seu *self* (Neves & Faria, 2009).

As relações de vinculação problemáticas ficam representadas mentalmente como modelos dinâmicos internos negativos que são construídos através da história relacional com cuidadores. Inclui-se a carência na responsividade e de suporte por parte dos cuidadores que naturalmente conflui numa falta de autoestima, autoeficácia, aceitação e amor. Esta linha de pensamento envolve condições de pouca valoração do *self* e como tal estes contextos afetam a natureza das novas relações e auxiliam à sua padronização negativa. Desta forma, conclui-se que um padrão de vinculação inseguro permitirá a construção de modelos internos dinâmicos baseados em crenças negativas sobre o *self* e sobre os outros. A ativação destas estruturas cognitivas contribui para o surgimento de perturbações como depressão e ansiedade (Roberts, Gotlib & Kassel, 1996; Klein, Wonderlich, & Crosby, 2001; Demidenko, Tasca, Kennedy, & Bissada, 2010).

3.1.1 Autoconceito

As crenças e atitudes dos outros são bases importantes para o autoconceito do sujeito e provêm de múltiplas interações sociais. Arrolado a estas condições encontram-se as vivências, a competência e procura de conhecimento que dependem da valorização do sujeito (Dermitzaki & Efklides, 2000; Klein, Wonderlich, & Crosby, 2001; Tam, Tsang, & Chan, 2004).

O estudo teórico inicial do autoconceito integrava diferentes terminologias como a autoperceção, a autoestima e autoeficácia, definindo-as como permutáveis e sem distinção ao nível dos vários parâmetros do autoconceito. Além desse facto, muitos estudos classificavam o autoconceito como sendo um constructo unidimensional (Dermitzaki & Efklides, 2000).

Atualmente os modelos teóricos em que se dispõe o autoconceito podem assentar em duas modalidades, unidimensional ou multidimensional. A primeira visão a mais antiga, reflete uma visão global do *self*. Este era visto como estável, aditivo ou generalizável. No entanto, investigações mais recentes realizadas pela Psicologia Social apresentam o autoconceito como multifacetado e dinâmico, integrando imagens, esquemas e percepções que variam entre autorrepresentações positivas e negativas (Leonard, Beauvais, & Scholl, 1999; Cone, Schaefer, Maldonado, Fitzsimmons, Harney, Lawson & Smith 2010).

O autoconceito inclui os traços, competências e valores do sujeito. No que respeita aos traços, podem ser descritos como etiquetas ao nível dos padrões de ação que são expressas no comportamento. Neste sentido, os sujeitos realizam atribuições internas perante outros indivíduos que concretizam o mesmo comportamento em diferentes situações ou até mesmo em tempos diferentes, sem que haja uma razão externa. Sendo assim, estas características tornam-se etiquetas, as quais os sujeitos usam para descrever os seus padrões de comportamento ou dos outros. A segunda visão no que respeita ao autoconceito incorpora a noção de competência que inclui capacidades, técnicas, talentos e conhecimentos. Pode variar desde capacidades específicas a competências mais gerais. Perceções como “*sou bom na resolução de problemas*” representam um exemplo do segundo elemento do autoconceito. Já os valores podem ser descritos como crenças ou conceitos sobre o que é socialmente aceitável, para além de guias seletivos ou avaliadores de comportamentos/situações estes são expressos através da linguagem e ação (Leonard, Beauvais, & Scholl, 1999).

Outra visão sobre autoconceito é apelidada de identidade ou autoimagem, que relaciona as perceções e que tem ligação com os parâmetros cognitivos; a autoestima que são os valores dos sujeitos e por fim, a componente comportamental. O autoconceito desempenha um papel importante na vida do sujeito, abrangendo o campo profissional, educacional e social, validando a identidade do indivíduo, motivando-o e orientando o comportamento. Contribui igualmente para a saúde e harmonia mental do indivíduo (Justicia & Córdoba, 2006).

Uma outra análise deste constructo é a incorporação da autoestima, autoeficácia e estabilidade do *self*. A primeira envolve a avaliação e julgamento sobre as capacidades do sujeito. Neste parâmetro Bowlby refere que as crianças que vivenciam vinculações seguras tendem a desenvolver um modelo interno que revela um *self* valorizado e amado, gerando no sujeito um padrão cognitivo positivo. Já a autoeficácia tem a sua base nos modelos dinâmicos internos que são desenvolvidos no processo de separação-individuação iniciado na infância. E a estabilidade anexa a narrativa de vida do sujeito. Menciona-se que a presença de narrativas coerentes provêm de uma vinculação segura (Demidenko, Tasca, Kennedy, & Bissada, 2010).

Um autoconceito elevado provém da capacidade de *coping* do sujeito quando este é presente a circunstâncias adversas, exteriorizando uma visão positiva sobre a vida e expressando um alto grau de compromisso e participação. Já um autoconceito baixo possui consequências negativas para parâmetros físicos e mentais, podendo dar origem a estados depressivos, ao isolamento e a uma baixa autoestima (Justicia & Córdoba, 2006). Indivíduos

com um autoconceito elevado revelam vidas mais ativas e têm um sentido de autodeterminação, sendo capazes de tolerar perturbações internas e externas sem que haja necessidade de isolamento dessas experiências, são vistos como menos ansiosos e com um sentido crítico mais atenuado (Tam, Tsang, & Chan, 2004). Quer a autoestima quer o autoconceito estão interrelacionados e são complementares já que um autoconceito positivo implica uma autoestima igualmente positiva (Justicia & Córdoba, 2006).

3.1.2 Autoestima

Como referência à definição da autoestima, pode-se citar que esta integra uma avaliação individual. A menção deste constructo iniciou-se em 1657 através do *Oxford English Dictionary*, tendo entrado para o campo da Psicologia por William James em 1890, o qual descreve-a como um processo de carácter avaliativo que pode ser medido através da proporção das conquistas em relação às pretensões iniciais (Lachowicz-Tabaczek & Sniecinska, 2011). Em 1950, este fator incorpora a pirâmide da hierarquização das necessidades básicas, tendo como autor Maslow e em 1965 concretiza-se a escala de autoestima de Rosenberg. Atualmente a visão reconhecida deste constructo é multidimensional, tendo ainda subdomínios que cobrem áreas como a vertente académica, emocional, física e de autoavaliação. Estes estão mais relacionados com resultados futuros como a saúde ou o desempenho do que com o conceito global da autoestima (Elfhag, Tynelius, & Rasmussen, 2010).

Esta dimensão é considerada um elemento importante para a compreensão das perturbações mentais como a depressão e quando está presente na sua forma positiva, arrola-se a conquistas no campo académico, felicidade e comportamentos salutogénicos, como o baixo consumo de substâncias ativas ou baixa incidência na obesidade (Elfhag, Tynelius, & Rasmussen, 2010).

Para além destas características, a autoestima possui estabilidade e integra a personalidade. A instabilidade desta dimensão espelha fragilidade e vulnerabilidade no sujeito (Demidenko, Tasca, Kennedy, & Bissada, 2010). A investigação tem referido que ao realizar-se comparações entre indivíduos com uma autoestima estável e instável, os últimos concentram em si mais características negativas sobre eventos passados e experienciam mais sintomas depressivos. Além destas menções, estes sujeitos quando presentes a aprendizagem, resguardam-se em vez de procurem dominar o que lhes é proposto. Sugere-se igualmente que

estão mais propensos a sentir raiva e hostilidade. Do outro lado, os indivíduos com uma elevada autoestima procuram e mantêm uma visão positiva sobre si, independentemente dos seus pensamentos, sentimentos e comportamentos. São altamente motivadores e procuram valorizar-se (Marcic & Grum, 2011).

Este constructo na adolescência é encontrado num grau similar na adultícia e considera-se que a sua comparência na infância é vista como um resultado preditor na fase adulta (Elfhag, Tynelius, & Rasmussen, 2010).

A componente hereditária da autoestima é tida como moderada. A sua variância apresenta-se com cerca de 30 a 40% (observada entre gémeos). A este constituinte anexa-se fatores de ordem ambiental como o brincar, a escola, os pares, o trabalho entre outros que preenchem a restante percentagem. A componente biológica contribui para um conjunto de predisposições como o nível de energia, o temperamento e capacidades/incapacidades de ordem social e cognitiva (Mruk, 2006).

Também a parentalidade se associa à autoestima pois é no seio familiar que decorre o seu desenvolvimento inicial. Os pais são um forte contributo para o crescimento infantil e influenciam vários parâmetros da vida da criança entre os quais o comportamento. O suporte parental contribui para a valorização interna e aumento da competência. A ausência frequente ou por longos períodos destas figuras na vida do sujeito propiciam o aumento de uma baixa autoestima. Embora o envolvimento parental seja relevante, a qualidade deste fator e/ou a aceitação dos filhos surgem como índices essenciais na autoestima. O termo aceitação engloba as capacidades e as incapacidades dos indivíduos para além de integrar as suas potencialidades e limitações. Quando os pais observam estas componentes na criança, devem encorajar a explorar o meio baseando-se nas aptidões únicas do sujeito, nas suas preferências, competências, medos e interesses conectando-os com o sentido de mestria. As figuras parentais devem igualmente definir expectativas e limites, pois estão associados ao desenvolvimento de uma autoestima positiva. Já uma permissividade parental refere-se com a impulsividade e agressividade. Limites demasiado severos poderão enveredar para o desenvolvimento de comportamentos ansiosos ou restritivos, em vez da espontaneidade e envolvimento com a vida (Mruk, 2006).

A amizade entre pares exerce à semelhança dos pais influência sobre a autoestima podendo inclusive fomentar o seu aumento visto que a sua natureza assenta em apreciação e aprovação dos outros sendo o seu efeito mais observado no sexo feminino. De acordo com os

trabalhos realizados, níveis elevados de autoestima provêm de amizades bem-sucedidas e providenciam uma base de *coping* que visa reduzir o *stress* e a ansiedade (Tariq, 2011).

Rosenberg (1965) elucida a autoestima como uma atitude favorável ou desfavorável perante o *self*. Um conceito que assenta na valorização, aprovação, apreciação e estima, conduzindo o sujeito a ultrapassar as dificuldades, a sentir-se feliz, confiante e eficaz (Kavas, 2009).

Há também referenciação a uma autoestima global que é a integração de juízos de valor que o sujeito faz sobre si, anexando elementos como a autoconfiança ou respeito (Faria, Pepi, & Alesi, 2004). A noção de autovalorização reflete a forma de como a pessoa se analisa (Dermitzaki & Efklides, 2000; Cone *et al*, 2010) e estas noções sofrem a influência de outros domínios como a clareza, confiança, riqueza e complexidade provenientes do autoconceito (Lachowicz-Tabaczek & Sniecinska, 2011). Segundo (Dweck, 1999), o sentimento de valorização pessoal origina bem-estar, que nasce de várias vivências e sentimentos, integrando a habilidade do sujeito em lidar com as suas dificuldades e conseguindo posteriormente retirar aprendizagens (Faria, Pepi, & Alesi, 2004).

Já De Saint-Paul (1999) profere acerca do fator:

“é a avaliação positiva que a pessoa faz de si, fundada na consciência do próprio valor e da sua importância inalienável enquanto ser humano. Uma pessoa que se estima trata-se com a afabilidade e sente-se digna de ser amada e feliz. A autoestima funda-se igualmente no sentimento de segurança que dá a certeza de se poder utilizar o livre arbítrio e as faculdades de aprendizagem para enfrentar, de forma responsável e eficaz, os acontecimentos e os desafios da vida” (*cit in* Duclos, 2006, p. 26).

Esta ideia revela a visão que o sujeito tem sobre si mesmo, de que reconhece o seu valor e integra a capacidade de trabalhar em diferentes áreas da sua vida, podendo ser igualmente caracterizada como uma postura ou crença que visa encarar o que o rodeia (Nyarko, 2012). No que respeita ao conteúdo da autoestima, tal como foi indicado anteriormente é constituída por uma avaliação positiva do seu *self* e reúne sentimentos de segurança, confiança, autoconhecimento, pertença a um grupo e competência (Duclos, 2006). Os autores Gecas & Schwalbe (1983) salientam duas dimensões dentro da autoestima: competência e dignificação. A primeira baseada na eficácia da autoestima refere-se ao grau pelo qual o sujeito avalia a sua capacidade e eficiência. A segunda dimensão refere-se ao grau de valorização sentido pelo indivíduo (Cast & Burke, 2002).

Esta linha de pensamento inclui a competência e valorização de duas linhas: a baixa e a elevada autoestima. A primeira é associada à timidez, cuidado, falta de iniciativa, conflito,

evitamento, insegurança, ansiedade e depressão. Já uma elevada autoestima congrega um grau positivo de competência e valorização interna. É expectável que sujeitos que vivenciem elevado grau de valorização indiquem um sentimento de bem-estar consigo mesmos e tal está geralmente relacionado com a abertura a novas experiências, sentimentos de aceitação de si e outros. Manifestam habilidades que visam o sucesso na sua vida e apresentam igualmente felicidade, iniciativa, espontaneidade, uma identidade segura e globalmente ausência de psicopatologia (Mruk, 2006).

A relação entre autoestima e outras dimensões é múltipla, sendo assim, sujeitos com autoestima elevada tendem a não realizar autoatribuições negativas quando surgem dificuldades. Procuram ver as soluções existentes e buscam de uma forma positiva mudar o que o rodeia. Por outro lado, indivíduos com autoestima mais baixa revelam menor eficácia no controlo dos problemas, culpabilizam-se pela presença dos mesmos ou tendem ainda a acusar os outros. Olham para si como incapazes de resolver as suas dificuldades e não procuram soluções (Hobfoll & London, 1986).

Os adultos com autoestima mais baixa apontam para casamentos menos satisfatórios quando comparados com sujeitos com elevada autoestima. No mesmo sentido, os primeiros assumem erroneamente que os seus companheiros vêem-nos de uma forma negativa e temem uma possível rejeição. Detêm menos crenças positivas e mais incertezas quando comparados com sujeitos com autoestima mais elevada. Além destas perceções, acreditam que para que haja aceitação e afeto têm que existir valores atribucionais e vivências ligadas a certos padrões que internamente convergem em pressões (Murray, Holmes, & Griffin, 2000).

Pervin (1993) menciona que as pessoas que manifestam uma autoestima mais elevada são consideradas mais assertivas, flexíveis e imaginativas, capazes de dar origem a soluções quando confrontadas com problemas (Ozyesil, 2012).

A investigação revela que existe diferenças nos sexos no que respeita à autoestima pois assenta em vivências distintas e depende das expectativas de cada sujeito e das suas exigências perante determinados objetivos. Os homens avaliam-se de forma positiva quando apresentam noções de independência e autonomia. Já as mulheres revelam que para o sentimento de bem-estar devem ter na sua vida sensibilidade, sintonia e independência (Josephs, Markus, & Tafarodi, 1992).

Kling, Hyde, Showers e Buswell (1999) apontam na sua meta análise que os homens possuem mais autoestima quando comparados com as mulheres. Contrariamente, Patton,

Bartrum e Creed (2004) não revelam diferenças estatisticamente significativas entre os géneros numa amostra de estudantes do ensino secundário australiano (Marcic & Grum, 2011).

Além destas relações podem-se considerar outras concepções acerca do constructo. Sujeitos considerados obesos possuem uma menor autoestima o que aumenta o risco de depressão (Roberts & Duong, 2013). A baixa autoestima está igualmente associada a uma diminuição na satisfação com a vida e a impulsos suicidas (Jordan, Logel, Spencer, Zanna, Wood, & Holmes, 2013).

A investigação também relaciona a autoestima com a violência e o abuso de substâncias, apresentando a seguinte relação: sujeitos que experienciam violência no seu relacionamento revelam maior tendência para o consumo de substâncias. E o abuso vivenciado contribui para uma disrupção nos laços afetivos, fobias sociais e baixa autoestima (Ferguson & Xie, 2012).

3.1.3 Teorias da Autoestima

O princípio deste constructo decorre do processo de vinculação, pois o sujeito que rececionou afeto concebe internamente a noção que é amado. A ideia de valorização constrói-se quando a criança procura no meio o reconhecimento das suas habilidades, competências e feitos. O afeto positivo e a confiança permitem que o indivíduo desenvolva uma harmonia entre as dimensões do “*ser*” e do “*parecer*”. A qualidade das relações afetivas são um forte contributo para a construção de uma autoestima positiva e a sua ausência não permite a integração dos sucessos e inclusão dos mesmos na sua memória. É então importante que as figuras de vinculação apelem à recordação e manutenção dos mesmos, sinalizando gestos e reações verbais positivas. A consciencialização confirma e acalma a criança, no entanto certos comportamentos não desejáveis necessitam de ser assinalados com o devido cuidado de forma a não colocar em causa o valor pessoal. (Duclos, 2006).

Teoricamente sugerem-se duas linhas de análise para a autoestima, a primeira é a autoestima do “*ser*”, em que o sujeito possui uma dignidade sobre si, é estimado e feliz. Esta diretiva inclui a valorização que o indivíduo faz de si a noção de que é digno de ser amado.

A vertente do “*parecer*” incorpora as capacidades e os resultados das ações. Considera que a autoestima está conectada às competências e a forma como o sujeito as aplica para se aproximar dos seus objetivos, visando desta forma a sua felicidade. Poder-se-á consignar que uma pessoa que possua autoestima enuncia as suas capacidades e revela

perseverança para determinados objetivos, a sua habilidade vai levar os outros a determinar avaliações positivas, integrando assim as duas teorias do “*ser*” e “*parecer*” (Duclos, 2006).

A autoestima foi também analisada à luz da Teoria da Identidade. Segundo Styker (1980), o *self* é composto por várias identidades que anexam múltiplas posições sociais desempenhadas/ocupadas pelo sujeito. Desta noção brota a autoverificação, resultante da correspondência entre a situação social e a identidade do sujeito, que simultaneamente identifica, produz e representa diferentes arranjos das estruturas sociais. Ao adotar este arranjo o indivíduo cria sentimentos de competência e valorização que aumentarão a sua autoestima e o reconhecimento do grupo origina a sensação de pertença, aprovação e autoeficácia. Já a falta de autoverificação dentro do grupo conduz o sujeito a uma conceção de ineficácia e falta de aceitação. A autoestima pode ser examinada como uma motivação pessoal, organizada e que direciona o comportamento (Cast & Burke, 2002).

Susan Harter (1999) também contribui para o estudo deste constructo, empregando uma teoria de carácter desenvolvimental (Mruk, 2006).

A autora conjugou duas vertentes: a competência proveniente de William James e a aprovação social de Colley, Mead e Rosenberg, criando uma teoria psicológica da autoestima também denominada de autovalorização. De uma forma global, o domínio da competência provém de agentes como a aprovação social e a forma como o indivíduo a exhibe depende do seu estado desenvolvimental ou idade. Também a aprovação social tem a sua variância, submetendo-se à natureza cognitiva do sujeito e dos diferentes núcleos como as figuras de referência (pais, professores, amigos, esposas, companheiros, colegas). A relação entre a competência, aprovação e suporte é considerada aditiva e consequentemente a autoestima tem um carácter somatório (Mruk, 2006).

Este modelo é multidimensional, integrando comportamentos de competência ou incompetência, resposta social positiva ou negativa assim como uma autoestima positiva ou negativa, demarcando desta forma o *self* cognitivo e afetivo (Mruk, 2006).

Para além da variância que está inerente neste processo anexa-se a importância do suporte social e aprovação das figuras parentais principalmente na infância que permite a formação de uma individuação, avaliação do percurso de vida e potenciação da autoestima (Mruk, 2006).

Uma outra visão foi apresentada por Harmon-Jone, Simon, Greenberg, Pyszczynski, Solomon e McGregor (1997 denominada Teoria do Terror. Os autores mencionam que a autoestima surge como via protetora e de autopreservação contra o medo e a morte. De acordo

com a mesma, a autoestima aciona o *buffer* da ansiedade que dota o sujeito de apoio contra a morte e preocupações. Estudos correlacionais apontam que a autoestima está negativamente relacionada com a ansiedade, ansiedade de morte e problemas ao nível físico e mental. O *buffer* da ansiedade foi demonstrado através de ameaças à autoestima, que conduzem a respostas defensivas que visam um decréscimo da sua intensidade. A teoria acima mencionada procura potenciar o funcionamento do *buffer* e consequentemente, providenciar proteção contra preocupações. Uma elevada autoestima reduz os efeitos da mortalidade e ansiedade (Harmon-Jone *et al*, 1997).

3.1.4 Autoestima ao longo do Percurso Desenvolvidor do Sujeito

Erickson referenciou que a identidade é essencial na adolescência e Piaget aludiu ao processo de operações formais neste período de vida. Estes dois componentes são necessários para a abordagem do *self* no contexto da autoestima, pois compreende a valorização e a competência, duas bases fulcrais para o desenvolvimento do sujeito (Mruk, 2006).

Poder-se-á mencionar que antes do nascimento, o indivíduo já se encontra envolto em múltiplas contingências ambientais: positivas/negativas, desejabilidade/indesejabilidade, merecedor ou indigno de afeto. A criança situa-se num estado de maior e é exposto a determinados valores. Pretende-se que obtenha merecimento afetivo e identificação por parte das figuras de vinculação, pois esta condição vai delinear a sua capacidade amar e espelha qual o padrão de parentalidade presente. A primeira fonte de autoestima nasce da valorização dos outros sendo que posteriormente o sujeito deverá aceitar-se, para que consiga abarcar a significância da autoestima, no entanto tal só sucederá se a presença das figuras parentais forem tal como Winnicott (1958) mencionou “*suficientemente boas*” (Mruk, 2006).

O conceito de competência é uma componente integrante da autoestima e principia-se na infância embora tome em si algum tempo para se desenvolver. As figuras de referência devem aceitar as capacidades da criança que com o tempo irão sentir determinadas exigências do meio. Desenvolvem-se na vida do sujeito componentes avaliativas que envolvem fatores de ordem motora, social, intelectual, comportamental e da personalidade. A sala de aula, o recreio e as brincadeiras com os pares tornam-se espaços de comparação das diferentes habilidades. Salienta-se o período entre os sete e os onze anos de idade visto que o indivíduo se descobre, tornando-se consciente e identificando as suas habilidades e características. Estas

condições envolvem uma análise de áreas como social, aptidão atlética e domínio cognitivo (Mruk, 2006).

A idade traz novos desafios ao sujeito que permitirão deslindar quais as tarefas em que é mais competente. Esta via de desenvolvimento permite a obtenção de um determinado tipo e nível de autoestima que forçosamente irá deparar-se com algumas problemáticas. A primeira engloba a valorização que inclui fatores como o comportamento, dificuldades na aprendizagem, parentalidade assente na falta de suporte ou abuso assim como a provação socioeconómica, poderão afastar a autoestima do seu curso positivo. A segunda questão arrola-se com as competências da criança, estas poderão não ir ao encontro das habilidades que o meio exige. O terceiro ponto é o encontro com um possível desacordo no que respeita a valores, pois tais experiências poderão alterar o curso do desenvolvimento da autoestima ao colocarem o sujeito numa situação de conflito interno e externo entre as suas conceções individuais e as possíveis escolhas. Inclui-se neste leque a predisposição genética e a relação com o meio como linhas influenciadoras da autoestima. Todos os componentes referidos vão ser solidificados na adolescência, intensificando o nível de competências e valorização, sendo através destes que o indivíduo irá assistir aos múltiplos desafios de vida (Mruk, 2006).

Baumrind (1971), Marcia (1980) e Maccoby e Martin (1983) indicam que a presença de baixa autoestima e problemas no comportamento estão associados a uma parentalidade assente no autoritarismo, pouco afetiva e que providencia pouco suporte quer à criança quer ao adolescente (*cit in* Akhter, Hanif, Tariq, & Atta, 2011, p.24-34)

Um estudo realizado por Bulanda e Majumdar (2009) assinala a relação entre a parentalidade e a autoestima. Para tal, utilizaram uma amostra proveniente do *National Longitudinal Study of Adolescent Health 1994*, na qual 52% pertencia ao sexo feminino e 48% ao sexo masculino, sendo que a média de idades era de 15,9 anos. Os autores revelaram nos seus resultados que a disponibilidade parental está positivamente relacionada com a autoestima nos adolescentes. Quanto maior o envolvimento parental maior o nível de autoestima nos sujeitos e consequentemente, melhor será a qualidade nas relações e sua autoestima. Também apontam que uma maior disponibilidade parental irá conduzir a uma autoestima mais elevada. Estes resultados vão ao encontro da seguinte ideia: os indivíduos que beneficiam de uma fonte de suporte, que possuem uma relação significativa e de qualidade detêm uma autoestima mais elevada (Bulanda & Majumdar, 2009). Já os autores Parker e Benson (2004) aludem que quanto maior o suporte proveniente da relação parental maior a autoestima no adolescente (Parker & Benson, 2004).

Na fase adulta, a reatividade dos dois primeiros momentos, devido a fatores biológicos e cognitivos, é atenuada e a autoestima torna-se bastante consciente. Este constructo é várias vezes desafiado em termos de relacionamento social e competências, surgindo duas questões relevantes, o desenvolvimento e gestão da autoestima, sendo possível potenciar a autoestima mas também perdê-la. Tal vai ao encontro de duas relações que podem alterar o curso da autoestima: a relação sucesso/insucesso e a aceitação/rejeição. Condições como a sociedade ou eventos significativos são agentes que poderão afetar a autoestima, salientando-se experiências traumáticas na infância que são condições emergentes para o despoletar de fobias. O sofrimento de um ente querido, a idade, o género e a culturalidade são também variáveis que alteram a autoestima (Mruk, 2006).

Todas as características enunciadas mudam o curso da autoestima e, como tal exigem do sujeito competências e valorização interna de forma a resolver os conflitos. Os primeiros três momentos que integram o percurso da autoestima, relacionam-se com sentimentos de respeito ou desrespeito consigo mesmo, emanando memórias biográficas e escolhas que incluem aptidão e apreciação interna. A segunda fase inclui a escolha e o conflito, pois o sujeito fica atento à dimensão da sua escolha. O terceiro momento envolve um debate interior e ação, sendo considerado o mais complexo pois o indivíduo depara-se com reflexões autobiográficas, muitas delas assentes em significado. Também se inclui um conjunto de alternativas que intrinsecamente geram conflitos. Aqui o sujeito pode lidar no imediato com a problemática, afastando-se de sentimentos que incluem a incompetência ou alojar-se em comportamentos negativos associados a uma proteção, repetição ou evitamento. O indivíduo pode ser conduzido pela sua história familiar e ficar constricto aos domínios da incompetência passada ou lutar pelas suas escolhas. O quarto momento cinge sentimentos de alívio, relaxamento e apreciação, relacionados com a performance da conjectura anterior. O quinto passo é denominado significado e afirmação, em que o sujeito experiencia as consequências da sua resolução no conflito e retira elações do seu comportamento. Tais comportamentos emanam um sentido de responsabilidade, no entanto a fonte da experiência pode modificar o cerne da competência e valorização. Por último, a aprendizagem e resolução em que todo o processo se insere na vida da pessoa e que altera a problemática da autoestima. Embora a história pessoal não possa ser apagada, esta consegue ainda assim ser modificada ou transformada, permitindo experienciar a existência de uma forma mais positiva (Mruk, 2006).

Este fator pode por vezes tornar-se um peso e abrir falhas no conteúdo psicológico. No entanto, deve ajudar o indivíduo a ser mais honesto consigo próprio e com a sua realidade

psicológica. A autoestima deve encorajar e dirigir, mantendo uma ligação entre a competência e a valorização, agindo como um compasso que orienta quando um sujeito experiencia conjunturas menos positivas (Mruk, 2006).

O suporte empírico tem proposto que o bem-estar psicológico vivenciado na infância se espelha na idade adulta. As crianças e adolescentes que tiveram relações afetivas com as suas figuras parentais apresentam uma saúde mental positiva na adultícia. Como tal, a qualidade afetiva construída na relação influencia a construção e desenvolvimento da autoestima. Para os sujeitos a avaliação proveniente dos pais é de extrema importância pois afeta posteriormente a sua autoavaliação e o seu bem-estar. É então expectável que os indivíduos que experienciaram afeto e proximidade devolvam orientações positivas acerca de si e manifestem uma elevada autoestima. Segundo Roberts e Bengtson (1996), que realizaram uma análise entre as relações afetivas das figuras parentais e autoestima, relataram correlações moderadas entre os constructos. Tal significa que o nível de afetividade vivenciado na infância predita o fator autoestima. No entanto, esta relação não se estende apenas na autoestima, a proximidade afetiva tem uma ação sobre outros parâmetros, entre os quais os comportamentos salutogénicos e a saúde mental (Roberts & Bengtson, 1996).

Também Nelson, Padilla-Walker, Christensen, Evans e Carroll (2011) indicam que os pais que expressam uma parentalidade assente no zelo e regulação irão promover nos seus filhos maior independência, criatividade, persistência, capacidades de liderança, autocontrolo, autoconfiança e elevada autoestima. No entanto, as figuras parentais que exibem um elevado controlo e são débeis na afetividade e responsividade aumentarão a probabilidade dos seus filhos terem menor autoestima, dificuldades no relacionamento interpessoal e tendência para comportamentos disruptivos como a delinquência ou consumo de substâncias (Nelson, Padilla-Walker, Christensen, Evans, & Carrol, 2011).

Capítulo 4

Vinculação, Cuidados Parentais e Autoestima

4.1 Vinculação e Memórias de Cuidados Parentais

A noção de parentalidade assenta no conceito de uma relação bidirecional entre pais e filhos, como tal as crianças não podem ser consideradas meros recipientes das atitudes e comportamentos parentais, mas antes agentes socializadores e emocionais. Desde muito cedo que a criança coordena o seu afeto e atenção entre os dois adultos, considerando-se participantes ativos neste processo. A vinculação inclui-se neste sistema ao incutir o impacto da relação dual na vida do sujeito, influenciando constituintes de ordem psicossocial e bem-estar emocional que provêm da responsividade materna, fornecendo confiança e segurança ao sujeito (Tuttle, Knudson-Martin, & Kim, 2012).

Os estudos que envolvem vinculação nos adultos e parentalidade revelam que os sujeitos seguros tendem a apresentar mais satisfação no seu papel parental e demonstram mais envolvimento, suporte, sensibilidade, responsividade e prestabilidade. Contrariamente, os indivíduos com vinculação insegura expõem modelos parentais negativos e este padrão tenderá a se reproduzido na descendência. As suas respostas incluem pouca proximidade com os filhos, sentindo-se menos capazes de educar e praticam modelos parentais assentes na intrusividade, insensibilidade e dureza (Tuttle, Knudson-Martin, & Kim, 2012).

Os autores Viera, Avila e Matos (2012) realizaram um estudo que envolveu vinculação e a parentalidade em adultos, 180 (74,4%) eram mulheres e 62 (25,6%) eram homens. A maioria era casada ou em união de facto e detinham idades compreendidas entre os 21 e os 51 anos. Dos resultados obtidos, os sujeitos classificados como evitantes expuseram menos afeto positivo em aspetos como o trabalho e família, menor satisfação na parentalidade e mencionavam maior distanciamento emocional dos filhos. Os pais altamente evitantes poderão ver a sua parentalidade como ansiogénica uma vez que detêm níveis elevados de evitamento e de insatisfação (Viera, Ávila, & Matos, 2012).

Com Bowlby, a teoria da vinculação assim como as relações entre pais e filhos, tornaram-se largamente estudadas podendo-se mencionar que esta associação resulta em determinadas condicionantes para a adolescência e fase adulta. Um dos instrumentos iniciais que visava a avaliação desta conexão foi a aplicação da *Situação Estranha*, que levou ao posterior surgimento do *Childhood Questionnaire* (Hardt, 2004; Hardt, Egle & Johnson, 2007). Embora seja relevante analisar e determinar o tipo de vinculação, agrupando-a tal como acontece nos instrumentos anteriores, é de igual forma importante avaliar a relação que o sujeito tem para com as figuras de vinculação, como por exemplo mãe e pai. Das várias

metodologias existentes que verificam, em respostas separadas, esta avaliação da relação parental apresentam-se o *Parental Bonding Inventory* (PBI: Parker, 1989) e o *Egna Minnen Beträffande Uppfostran*, que significa “a minha memória sobre a infância” (EMBU: Perris, Jacobsson, Lindström, von Knorring & Perris, 1980). Os dois questionários contêm escalas que avaliam o afeto e o controlo, sendo que o PBI inclui uma dimensão abuso, (Hardt, Dragan, & Schultz, 2011).

A investigação refere que a evocação da memória é um processo ativo que possui uma reconstrução de eventos ocorridos e que se encontram presentes na consciência. A forma como o sujeito organiza essa informação encontra-se ligada à sua personalidade e vinculação. Estes constructos estão conectados com a diferenciação dos cuidados parentais que paralelamente influenciam o funcionamento interpessoal e regulação interna. A interação conseguida entre a criança e as figuras de referência na sua infância vai desenvolver no sujeito representações internas. Estes comportam estratégias para as relações interpessoais, comportamento exploratório e regulação interna. Por exemplo, sujeitos com uma vinculação segura são flexíveis na evocação das memórias, discutindo coerentemente e abertamente as memórias relacionadas com os processos de vinculação, como por exemplo avaliam o impacto das experiências de vinculação negativas e positivas no seu bem-estar social e emocional. Na posição oposta, os indivíduos inseguros presenciam um viés na recordação das suas memórias pois o seu conteúdo tem um cariz de tristeza e ansiedade e a exposição verbal das suas experiências vinculativas é feita com dificuldade (Haggerty, Siefert, & Weinberger, 2010; Dykas, Woodhouse, Ehrlich, & Cassidy, 2012).

A investigação na vinculação refere que a segurança é um constructo coerente e que envolve a capacidade de recordar internamente narrativas sobre acontecimentos decorridos na infância. Sujeitos evitantes apresentam-se defensivos sobre as suas necessidades vinculativas e experiências, podendo idealizar algumas vivências ou fechar-se em si mesmos perante avaliação da vinculação mencionando por vezes falta de memória. Indivíduos com padrão preocupado manifestam alguma excitação emocional na recordação no entanto esta avaliação não pode ser considerada autónoma e equilibrada (Haydon, Roisman, & Burt, 2012).

Um estudo que incluiu a evocação de memórias da infância em mulheres e a qualidade da relação mãe/criança pronunciou que o processo de vinculação inicia-se na gravidez, ativando os comportamentos de vinculação o que permite à mulher amar e cuidar da criança. A investigação refere que neste período há uma reavaliação da história relacional. As mulheres que possuíram experiências infantis positivas estabelecerão relações vinculativas

positivas com os filhos, contrariamente aquelas que experienciaram vivências negativas. Esta concordância está largamente avaliada, havendo uma correspondência entre a vinculação na idade adulta e infância, dando suporte ao conceito preditivo da organização da vinculação durante a gravidez. Um total de 161 mulheres grávidas no seu terceiro trimestre preencheu o EMBU, das quais 27,5 % eram casadas, 71,9% viviam em união de facto e 0,6% eram mães solteiras. Para além do questionário acima citado inclui-se o *Prenatal Attachment Inventory* (PAI; Müller, 1993). Dos resultados ressalta-se que as mulheres que reportaram maior afeto materno pontuaram no *Suporte*, expressaram maior prazer na gravidez e conseguem estabelecer melhores relacionamentos com o seu futuro bebé. Já as mulheres que indicaram maior *Rejeição* das figuras de vinculação demonstraram desapego para com o seu futuro filho e diferenciação entre a noção do *self* e do feto. A análise da regressão indicou que a *Rejeição Paterna* e *Afeto Maternal* são os dois fatores que predizem a vinculação pré-natal. Sugere-se igualmente que a vinculação tem um forte impacto no *self* e durante este período há uma enfatização da relação mãe-filho pois há uma identificação com infância. Em conclusão as memórias da infância são um constituinte importante na vinculação e têm uma relação com o futuro sujeito (Siddiqui, Hägglöf, & Eisemann, 2000).

Também a aplicação do EMBU foi concretizada junto de adolescentes e analisou-se a sua relação com o bem-estar subjetivo. O suporte parental encontra-se arrolado com uma maior satisfação perante a vida familiar, contrariamente à punição. Esta ligação é extrapolada para a vida adulta, pois os adolescentes que possuíram uma interação positiva com os seus pais terão melhores capacidades de *coping* quando experienciarem dificuldades. Designa-se que relações positivas construídas entre as figuras parentais e adolescentes aumentam o bem-estar psicológico, satisfação com a vida e reduz o mal-estar. O estudo de (Yang, Wang, Li, & Teng, 2008) incluiu estas variáveis e recrutou cerca de 448 sujeitos de nacionalidade chinesa incluindo 209 do sexo masculino, com uma média de idades de 17,9 e 174 do sexo feminino as quais possuíam uma média de 17,4 anos, os restantes 65 foram definidos como “sem qualquer informação acerca do género”. Aplicou-se à amostra um conjunto de questionários, entre os quais se salienta: o *Adult Attachment Relationship Questionnaire* (RQ, Bartholomew & Horowitz, 1991), o *Experiences in Close Relationships Scale* (ECR, Brennan, Clark, & Sahver, 1998), o EMBU (Perris, Jacobsson, Lindström, von Knorring & Perris, 1980) e, por fim, o *Subjective Well-being*, (SWB, Campbell, Converse, & Rogers, 1976). Salienta-se que os adolescentes considerados seguros na relação parental possuíam valores elevados no índice de Bem-Estar e Bem-Estar Subjetivo quando comparados com indivíduos inseguros. Sujeitos

classificados como medrosos apresentaram níveis baixos de bem-estar subjetivo quando comparados com o grupo seguro ou evitante. Presenciou-se uma evocação negativa de comportamentos maternos, contrariamente aos da figura paterna. Estes dois fatores surgiram como preditores do bem-estar subjetivo em adolescentes do sexo masculino. Verificaram-se ainda pontuações mais elevadas nos cuidados provenientes do pai, assim como afeto e proteção, também em adolescentes do género masculino. Nas adolescentes a evocação das figuras materna ou paterna não se revelaram predictoras do bem-estar subjetivo, tal poderá advir das poucas expectativas que os pais têm para com as suas filhas colocando menos pressão nos resultados escolares quando comparadas com os filhos do género masculino. As mães chinesas surgem como principais cuidadoras da educação envolvendo por vezes castigos físicos, daí que a figura paterna seja vista como mais amistosa e afetuosa para com os adolescentes do género masculino, (Yang, Wang, Li, & Teng, 2008).

Foram também realizados estudos em adultos envolvendo os constructos da vinculação e memórias dos cuidados parentais. De Haas, Bakermans-Kranenburg e Van Ijzendoorn (1994) designaram um paralelo entre a classificação da vinculação na infância e a AAI que identifica os padrões de segurança e insegurança da vinculação nos adultos com base nas categorizações: autónomo, preocupado e evitante, que são provenientes das representações internas que decorreram das experiências vinculativas. No entanto, os autores referem que existem diferenças no que concerne às vivências da vinculação realizadas com as figuras parentais, provenientes do passado e as que estão representadas na atualidade. A prova AAI consegue medir estes dois aspetos. Os vários estudos em que aplicaram a prova citada assinalam que pais considerados autónomos possuem relações vinculativas seguras com os seus filhos, já as figuras parentais preocupadas apontam para sujeitos ambivalentes e pais despreocupados poderão ter indivíduos evitantes. O estudo integrou a componente da transmissão intergeracional da vinculação e contemplou 83 mães holandesas, com uma média de idades de 27,4 anos. As medidas aplicadas foram o *Adult Attachment Interview* (AAI, George, Kaplan & Main, 1985), EMBU (Perris, Jacobsson, Lindström, von Knorring & Perris, 1980), o *Adult attachment styles* (Hazan & Shaver, 1987), o *Temperament* (EAS, Buss & Plomin, 1984). Incluiu-se ainda a avaliação do QI pelas *Raven's Standard Progressive Matrices* (Raven, 1958) e a desejabilidade pela *Marlowe-Crowne social desirability scale* (Crowne & Marlowe, 1960). Da classificação da vinculação, 55% foi caracterizada como autónoma, 24% evitante e 20% preocupada. Da relação entre a AAI e as Memórias dos Cuidados Parentais verificou-se através da Anova a não presença de diferenças significativas

entre os grupos. Tal poderá advir da falta de associação entre o estado mental e a relação da vinculação com as memórias provenientes das experiências vinculativas. No entanto, ao analisar as correlações entre as escalas da AAI e as memórias dos cuidados parentais verificou-se a presença de relação entre as experiências amorosas e as memórias que envolvem afeto assim como as que incluem rejeição as quais se apresentaram significativas contrariamente ao estado mental (de Haas, Bakermans-Kranenburg & van Ijzendoorn, 1994).

Foi igualmente realizado um estudo entre o EMBU e relacionou-se com os constructos qualidade de vida, *coping* e depressão nos adultos, aplicando-se o *World Health Organization Quality of Life* (WHOQOL-BREF) que é a versão reduzida do WHOQOL-100. Este instrumento foi traduzido para português do Brasil por Fleck, Louzada, Xavier, Chachamovich, Vieira, Santos & Pinzon (2000). Para além deste, abrangeu-se o *Coping Strategies Inventory* e o inventário de Beck para a Depressão (BDI). Já a análise dos acontecimentos de vida foram verificados pela *Social Readjustment Rating Scale* e por fim o *status* socioeconómico foi investigado através do (SES) que é o critério de classificação económico brasileiro. Da amostra total de 303 participantes, 297 concordaram em incorporar o estudo, dos quais 168 eram do sexo feminino e 129 do sexo masculino. A média de idades dos sujeitos era de 22,6 anos. Os resultados apontam para um conjunto de relações, onde se alude que o envolvimento parental reduz o risco do desenvolvimento de psicopatologia depressiva. O mesmo está associado significativamente com a qualidade de vida, contrariamente à rejeição. Os autores referem que não é apenas a rejeição que está associada à qualidade de vida, mas também as experiências passadas, levantando a questão de que o constructo tal como a rejeição atuam como determinantes na qualidade de vida. Apontam também que os indivíduos que experienciaram cuidados parentais como a punição, controlo e falta de afeto emocional assinalam níveis inferiores de satisfação com a vida, quando comparados com aqueles que manifestam uma história positiva de cuidados (Zimmermann, Eisemann, & Fleck, 2008).

Por fim, um estudo que reuniu Vinculação, Memórias de Infância e Estilos Defensivos na população dependente de substâncias, incorporou um total de 130 indivíduos: o primeiro grupo dependente de substâncias (n= 65) e um grupo de controlo (n= 65). Ambos os grupos tinham 53 sujeitos do sexo masculino e 12 do sexo feminino, possuindo idades entre os 20 e os 59 anos. A média de idades é de 34,54 para o grupo dependente de substâncias e 32,69 para o de controlo. Os instrumentos aplicados foram *Brief Symptom Inventory* (BSI, Canavarro, 1999; Derogatis & Spencer, 1982), segue-se a EVA (Canavarro *et al*, 2006) e o

EMBU, versão abreviada (Arrindel, Emmelkamp, Monsma & Brilman, 1983) e por fim o *Defense Style Questionnaire* (DSQ-40) que avalia os mecanismos de defesa, versão portuguesa (Amaral, 2008). Considerando os resultados provenientes da EVA verificaram-se diferenças estatisticamente significativas entre os grupos, sendo que os sujeitos dependentes de substâncias revelaram valores superiores na *Ansiedade* e inferiores nas dimensões *Confiança* nos outros e *Conforto* com a proximidade. Foi igualmente possível classificar os sujeitos na vinculação segundo os padrões de Bartholomew e Horowitz (1991) confirmando-se que no grupo dependente de substâncias havia menos sujeitos seguros. Já nos padrões de insegurança a diferença assentou no padrão amedrontado: no grupo dependente havia treze sujeitos e no grupo de controlo dois. Nas dimensões do EMBU não se verificaram diferenças significativas entre os dois grupos no que concerne à dimensão *Suporte Emocional* paterno, no entanto na *Rejeição* paterna assinalou-se diferenças para ambos os grupos. Os indivíduos dependentes de substâncias apresentaram valores superiores na *Sobreproteção* paterna. Já nas dimensões do EMBU ligadas à figura materna, ambos os grupos não se diferenciaram no *Suporte Emocional* mas os sujeitos com dependência revelaram valores superiores na *Rejeição* e *Sobreproteção*. A correlação entre os fatores provenientes do EMBU e as dimensões da EVA revelou que a *Rejeição* paterna tinha uma correlação positiva e estatisticamente significativa com a *Ansiedade* assim como a *Rejeição* materna. Já a dimensão *Confiança* nos outros apresentou uma correlação fraca e negativa com a *Rejeição* materna. Por fim, a dimensão *Conforto* com a proximidade não se relacionou com nenhuma componente do EMBU. Os resultados obtidos são sugestivos que os indivíduos que pertenciam ao grupo dependente têm valores superiores na dimensão *Ansiedade* e mais baixos na *Confiança* e *Conforto* com os outros apontando-se para o medo do abandono e de não ser amado. São sujeitos que se apresentam receosos com a proximidade, intimidade e não confiam. As escalas que integram o EMBU aludiram que os sujeitos pertencentes ao grupo consumidor de substâncias indicam maior *Rejeição* para as figuras parentais, mas não diferem do grupo de controlo no que concerne ao *Suporte Emocional*. O primeiro grupo demonstrou maior *Sobreproteção* que poderá apontar para cuidados parentais ambivalentes que integram rejeição e falta de apoio mas também controlo excessivo e pouco afeto. A elevada *Ansiedade* encontra-se arrolada a modelos internos dinâmicos negativos originários de práticas parentais negativas. Já a dimensão *Confiança* nos outros relacionou-se negativamente com a *Rejeição* materna. A visão do sujeito é informativa de uma figura pouco responsiva, no entanto a *Rejeição* do pai não se relacionou com a dimensão *Confiança* com os outros, sugerindo que a

mesma não se encontrou na vida do sujeito. A dimensão *Conforto* com a proximidade não se alistou com nenhuma dimensão do EMBU, sendo o mais provável que este constructo se associasse ao *Suporte Emocional* dos pais. Os indivíduos pertencentes ao grupo consumidor adquiriram pontuações baixas para no *Suporte Emocional* paterno e materno assim como no *Conforto* com a proximidade, arrolando-se a uma memória de um suporte pouco frequente e cuidados parentais negativos (Carriço & Paixão, 2010).

4.2 Vinculação e Autoestima

As relações de vinculação influenciam a autoestima e a percepção do sujeito (Murray, Holmes, & Griffin, 2000). Como tal, a relação de vinculação está associada ao funcionamento de determinadas capacidades nos indivíduos entre as quais a intimidade, independência, tomadas de decisão, interação social, autoeficácia e por fim, a autoestima. Uma vinculação segura, anexada a um ambiente dotado de interação, ajuda o indivíduo a desenvolver a sua autoeficácia e influencia positivamente outras áreas da sua vida, estando igualmente associada a baixos níveis de agressão e *stress* e níveis elevados de autoestima (Ali & Zubair, 2011).

A presença de modelos internos positivos conflui para a proteção da autoestima e análise do *self*. O discernimento e indagação pelo meio assente numa vinculação segura possibilitam o sujeito a relacionar-se com outros. A qualidade da base relacional construída entre as figuras de vinculação (principalmente a mãe) e a criança é deveras essencial para o desenvolvimento do constructo (Rocha, Mota, & Matos, 2011).

Sujeitos que possuem uma vinculação segura e que obtiveram cuidados consistentes com repostas às suas necessidades, tendem a apresentar-se confortáveis com a intimidade e confiantes pois sentem-se valorizados e acreditam que os outros lhes fornecerão suporte. Os mesmos não demonstram intimidação quando há proximidade e possuem uma elevada autoestima. Indivíduos preocupados que na infância obtiveram cuidados insensíveis, amplificam o seu desejo de proximidade e dependência mas por outro lado temem fortemente a rejeição, acreditam que não merecem ser amados ou cuidados. São altamente dependentes e pedem muita atenção podendo revelar preocupação quando o outro não está disponível na relação. Manifestam hipervigilância ao nível da qualidade da relação e interpretam alguma discussão como indicador de que o outro quer abandonar a relação. Já os indivíduos temerosos que vivenciaram falta de cuidados desejam intimidade, aceitação e aprovação dos outros, no entanto sentem-se desconfortáveis na proximidade e tendem a evitá-la devido ao

medo de rejeição. Os evitantes gozam de uma história que envolve rejeição por parte dos cuidadores, apresentando desconfiança nas suas relações e procuram a independência assim como autossustentação. Preferem o distanciamento e classificam as suas relações como pouco importantes. Na globalidade os sujeitos inseguros manifestam respostas sociais com elevados níveis de ansiedade e inquietação. A autoestima acompanha as relações sociais e esta conjugação demonstra que o primeiro fator ativa as emoções negativas quando surgem sinais de rejeição. Ao sentirem-se rejeitados exteriorizam falta de autoconfiança e de habilidade social, contrastando com a essência de uma vinculação segura (Khoshkam, Bahrami, Ahmadi, Fatehizade, & Etemadi, 2012).

Para a maioria dos indivíduos a sensação de aprovação e a presença de relações significativas são duas condições que contribuem fortemente para a autoestima. Uma relação romântica providencia uma sensação de segurança e incremento pessoal. A autoestima está relacionada com este fenómeno e inclui confiança no parceiro, consideração, afetividade ou a sensação de ciúme (Broemer & Blümle, 2003). Na vinculação insegura experiencia-se baixa autoestima, menos bem-estar e pontua-se menos na capacidade de autoperceção. Aponta-se maior dificuldade na gestão de conflitos e dificuldades na comunicação com o companheiro; (Caron, Lafontaine, Bureau, Levesque, & Johnson, 2012).

Um estudo com casais num total de 223 sujeitos procurou analisar a autoestima e os processos de vinculação através da aplicação das provas Interpersonal *Quality Scale* (IQS) de Murray *et al.* (1996); *Self-Attributes Questionnaire* (SAQ) de Pelham & Swann (1989); *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES; Rosenberg, 1965); Escalas de Satisfação e Confiança revista por Rample, Holmes & Zanna (1985); Escala de Conflito-Negatividade e Ambivalência por Braiker & Kelly, (1979). Os resultados são indicadores de que sujeitos com baixa autoestima encontram-se menos realizados nas suas relações quando comparados com indivíduos com elevada autoestima, expondo uma visão negativa de si, preferem manter um distanciamento nos relacionamentos e mencionam que os seus companheiros são menos generosos. Indivíduos com elevada autoestima motivam o outro a exteriorizar comportamentos de aproximação, apontando para a presença de uma vinculação segura. São confiantes e valorizados (Murray, Holmes, & Griffin, 2000).

Russel-Carroll e Tracey (2011) concretizaram um estudo que integrou a transmissão intergeracional de procedimentos recíprocos de papéis e postulou que os padrões de vinculação tendem a ser reproduzidos na próxima geração, procedendo-se à análise da sua relação com a autoestima e integridade da personalidade. O total de participantes foi de 108

indivíduos (36 tríades pai-mãe e filho) provenientes do sul de Dublin, os quais possuíam idades entre os 18 e os 72 anos. Os pais apresentaram uma média de 54,03 anos para a figura paterna e 51,9 anos para a figura materna. Já os filhos tinham uma média de idades de 22,3 anos. As provas aplicadas incluíram o *States Description Procedure* (SDP; Bennett, Pollock & Ryle, 2005), o PSQ (Pollock et.al., 2001) e a RSES (Rosenberg, 1965). Dos resultados obtidos ressalta-se a presença de transmissão intergeracional da autoestima e integridade da personalidade de pais para filhos. No que respeita à autoestima não foram encontradas diferenças significativas entre pais e filhos assim como nas mães e filhos, sugerindo que o constructo é estável ao longo do tempo. A presença de uma elevada autoestima é associada a níveis baixos de perturbações na personalidade ou patologia nas díades entre pais e filhos, levando ao suporte da estabilidade intergeracional do fator. Sujeitos com autoestima e autoconceito positivo vêm-se como possuidores de traços desejáveis no que concerne à personalidade. O estudo é igualmente revelador que a descendência adquire similaridade com as figuras parentais em termos do *self* e relacionamento com os outros (Russel-Carroll & Tracey, 2011).

Um outro trabalho de Salzman (1996) que incluiu adolescentes do género feminino, integrando a componente da vinculação e procurou verificar a sua relação com a depressão, autoestima e identificação maternal. A amostra era composta por 101 jovens, todas alunas de psicologia e com idades entre os 18 e os 22 anos, tendo sido aplicado várias provas: o *Attachment Screening Questionnaire* (Salzman 1985, 1990), o *Self-rated Depression* (Radloff, 1977), o RSES (Rosenberg, 1965) e por fim o *Attachment Interview Assessment*, (Salzman, 1988). Segundo os autores da pesquisa as percentagens obtidas, que correspondem aos diferentes padrões de vinculação, foram similares às alcançadas por Hazan & Shaver (1987). Este estudo verificou 52 sujeitos seguros, 8 evitantes e 11 ambivalentes. A figura de vinculação predominante para os diferentes padrões foi a figura materna. Já a relação entre as várias variáveis em estudo apontou que as adolescentes que possuíam vinculação segura à figura materna indicaram maior autoestima e bem-estar e menos depressão quando comparadas com os restantes grupos. A vinculação segura inclui um *self* que permite o conhecimento do meio envolvente, contrastando com os demais que mencionam conflito e repúdio. Quando se efetua comparações nas adolescentes ambivalentes encontra-se alguns marcadores de psicopatologia, demonstrando dificuldades na individuação e formação da identidade (Salzman, 1996).

Já uma investigação entre 486 estudantes universitários, permitiu a aplicação de várias escalas, nomeadamente *Adult Attachment Styles* de Collins & Read (1990) e a Escala de *Rosenberg* (1965). Assinalou-se que sujeitos que percecionavam as figuras de vinculação como presentes sentiam-se confortáveis na procura do outro mencionando um menor receio de abandono e menos atitudes disfuncionais para além de uma maior autoestima. Indivíduos caracterizados como inseguros na sua vinculação encontraram-se associados a sintomas depressivos, presença de atitudes disfuncionais e menores níveis de autoestima. Referem que os outros estão menos disponíveis e sentem-se pouco confortáveis com a proximidade. Esta amostra propõe que os sujeitos com vinculação insegura estão associados a atitudes disfuncionais que contribuem para uma autoestima mais baixa (Roberts, Gotlib & Kassel, 1996).

No que concerne à população jovem adulta, concretizou-se um estudo comparativo entre sujeitos gregos cipriotas e britânicos. O objetivo da investigação visava a análise da vinculação, ligação parental/pares e autoestima. Os estudantes gregos cipriotas compreendiam uma amostra total de 272 sujeitos, dos quais 189 eram mulheres. A extensão de idades variou entre os 17 e os 37 anos e a média de idades correspondeu aos 20,7 anos. A amostra britânica consistia um total de 170 indivíduos, dos quais 92 do género feminino. A variação de idades encontrava-se entre os 17 e os 34 anos e a média de idades de 20,6 anos. Os constructos incluíram o *Perceived Parental Bonding* avaliado através do (PBI, Parker et.al 1979), o *Peer Attachment Style* (RQ, Bartholomew & Horowitz, 1991) e o RSES (Rosenberg 1965). Salienta-se que o constructo da autoestima analisado à luz da regressão estatística permitiu indicar que o fator prediz a ligação parental e a vinculação aos pares. Ressalta-se que o cuidado efetuado pela figura materna é o melhor preditor da autoestima, seguida pela vinculação aos pares. Uma elevada autoestima esteve associada com uma perceção elevada nos cuidados parentais e vinculação segura. Os autores salientam a replicação dos resultados encontrados em estudos anteriores, os quais ligam a vinculação e a autoestima em crianças (Sroufe, 2005) e jovens (Herz & Gullone, 1999). Mencionam de igual forma, a ligação entre a vinculação segura e a sua relação com a autoestima numa fase mais tardia da vida do sujeito. O grupo que integra uma vinculação preocupada e medrosa reúne modelos dinâmicos internos negativos e consequentemente baixa autoestima. Como conclusão, a perceção das relações de vinculação e autoestima foram encontradas nos dois grupos culturais, demonstrando a importância dos modelos internos dos sujeito como agentes que detêm um papel importante no bem-estar psicológico dos indivíduos, (Georgiou & Meins, 2010).

Os autores Huntsinger e Luecken (2004) integraram o conceito de vinculação, autoestima e comportamentos saudáveis. Estas relações foram estudadas em 793 sujeitos com idades compreendidas entre os 18 e os 35 anos, sendo que a média de idades era de 19,4 anos. Os autores indicam que a amostra era composta por 61% sujeitos do género feminino. Este grupo foi dissecado em 74% caucasianos, 9% hispânicos, 5% asiático-americanos e 12% múltiplas etnicidades. No que respeita às medidas aplicadas inclui-se o RQ (Bortholomew & Horowitz's, 1991), o RSES (Rosenberg, 1965) e por fim o *Health Behavior* (CDC, 1996). Salienta-se que os sujeitos seguros pontuam mais na autoestima e nos comportamentos saudáveis quando comparados com os restantes grupos inseguros. Os mesmos autores indicam que uma relação social positiva e romântica contribui para comportamentos salutogénicos. Já os indivíduos com estilo de vinculação preocupada e medrosa são os que têm menos autoestima, revelando alta dependência nas relações (Huntsinger & Luecken, 2004).

Também Carranza e Kilmen (2000) concretizaram uma análise que envolvia a vinculação e autoestima em 154 mulheres com idades entre os 18 e os 33 anos. Este estudo apontou para a conexão entre uma vinculação segura e figuras parentais cuidadosas/afetuosas. Esta parentalidade está associada a um autoconceito positivo, suporte, conforto e permite o desenvolvimento de elevada autoestima. Os indivíduos com o padrão preocupado revêm nas figuras parentais ausência ou exigência, já sujeitos evitantes referem pais distantes. Apontou-se que uma parentalidade negativa que anexa ausência ou negligência arrola baixa autoestima e angústia nas suas futuras relações (Carranza & Kilmann, 2000).

Parte II

Estudo Empírico

Capítulo 5

Conceptualização da Investigação

5.1 Objetivo Geral do Estudo

A presente investigação teve como principal objetivo analisar a relação entre Vinculação, Memórias dos Cuidados Parentais e Autoestima em sujeitos adultos.

Segundo Tuttle, Knudson-Martin e Kim, (2012) o padrão de vinculação seguro envolve noções de suporte, sensibilidade e responsividade. Também Georgiou e Meins, (2010) bem como Khoshkam, Bahrami, Ahmadi, Fatehizade e Etemadi, (2012) referenciam que numa vinculação segura existem cuidados consistentes e respostas às necessidades dos sujeitos. Este contexto permite ao indivíduo valorizar-se e manifestar elevada autoestima. Já os autores Viera, Avila e Matos (2012) mencionam que os sujeitos com vinculação insegura referem uma parentalidade assente em modelos negativos. São indivíduos que apresentam menor afeto positivo, menor satisfação na parentalidade e maior distanciamento emocional. Para além destes fatores, a insensibilidade parental e a rejeição geram noções de desmerecimento afetivo e baixa autoestima.

5.2 Hipóteses

Tendo por base a literatura referida ao longo do trabalho, foram colocadas as seguintes hipóteses:

H1 – Não existem diferenças estatisticamente significativas para o sexo masculino e feminino no que respeita à vinculação, memórias dos cuidados parentais e autoestima.

H2 – Sujeitos com segurança na vinculação têm memórias dos cuidados parentais positivas e revelam maior autoestima.

H3 – Sujeitos com insegurança na vinculação apresentam memórias dos cuidados parentais negativos e expõem menor autoestima.

H4 – A vinculação relaciona-se com as memórias dos cuidados parentais.

H5 – A vinculação relaciona-se a autoestima.

5.3 Método

5.3.1 Participantes

O presente estudo é constituído por uma amostra de 200 ($N = 200$) adultos, recolhida entre os Concelhos de Lisboa e Sintra, entre os meses de Fevereiro e Maio do ano 2013. Os sujeitos possuem idades compreendidas entre os 18 e os 59 anos e a sua média de idades é de ($M = 28,74$) anos com um desvio padrão ($DP = 10,00$).

A maioria dos sujeitos tem Nacionalidade Portuguesa, (80%) são homens e (89%) mulheres, apresentam maioritariamente uma Etnia Caucasiana (75%) são do sexo masculino e (81.2%) do sexo feminino. Na componente relacional (40%) dos homens referem o namoro e (35.85%) das mulheres indicam o estado solteiro. Globalmente não têm filhos, (66.7%) corresponde ao sexo masculino e (71%) ao feminino. Já na opção religiosa a maioria dos indivíduos são Cristãos, com (53.3%) nos homens e (77.4%) nas mulheres.

Neste estudo incluiu-se todos os sujeitos com uma idade igual ou superior a 18 anos e que apresentassem domínio na língua portuguesa, falada e escrita.

Tabela 1 - Tabela de frequências, percentagens e valores de *chi-square* das variáveis demográficas Nacionalidade, Etnia, Trabalha na Atualidade, Profissão, Classificação Profissional, Relacionamento Atual, Tem Filhos, Filho (s) Vive (m) Consigo e Religião.

	Sexo Masculino (N=45)		Sexo Feminino (N=155)		χ^2
	N	%	N	%	
Nacionalidade					12.441*
Portuguesa	36	80.0	138	89.0	
Angolana	4	8.9	8	5.2	
Dupla Nacionalidade	2	4.4	0	0	
Brasileira	0	0	3	1.9	
Cabo Verdiana	2	4.4	5	3.2	
Moçambicana	1	2.2	0	0	
Etnia					5.444
Caucasiana	34	75.6	121	81.2	
Negra	9	20.0	23	14.8	
Oriental	0	0	5	3.2	
Cigana	1	2.2	0	0	
Trabalha na Atualidade					7.516**
Sim	29	64.4	64	41.3	
Não	16	35.6	91	58.7	
Profissão					6.835*
Estudante	15	33.3	77	49.7	
Trabalhador	28	62.2	65	41.9	
Desempregado	1	2.2	11	7.1	
Estudante/Trabalhador	0	0	1	0.6	

(Tabela 1 – Continuação)

	Sexo Masculino (N=45)		Sexo Feminino (N=155)		χ^2
	N	%	N	%	
Classificação Profissional					14.356*
Estudante	15	33.3	78	54.5	
Quadro Superior da Administração Pública, Dirigentes e Quadro Superiores de Empresa	1	2.2	2	1.4	
Pessoal de Serviços e Vendedores	3	6.7	6	4.2	
Especialistas em Profissões Intelectuais e Científicas	13	28.9	21	14.7	
Trabalhadores não Qualificados dos Serviços e Comércio	6	13.3	7	4.9	
Trabalhadores da Confeção e Preparação de Alimentos e Bebidas	0	0	2	1.4	
Pessoal Administrativo e Similares	0	0	7	4.9	
Operários, Artífices e Trabalhadores Similares	5	11.1	20	14.0	
Relacionamento Atual					6.115
Solteiro	10	22.2	55	35.5	
Namoro	18	40.0	54	34.8	
Casado	8	17.8	28	18.1	
União de Facto	7	15.6	17	11.0	
Divorciado	2	4.4	1	0.6	
Tem Filhos					.307
Sim	15	33.3	45	29.0	
Não	30	66.7	110	71.0	
Filho (s) Vive (m) Consigo					.033
Sim	12	26.7	39	25.2	
Não	33	73.3	115	74.2	
Religião					10.035*
Cristã	24	53.3	120	77.4	
Budismo/Hinduísmo	2	4.4	4	2.6	
Crenças Tradicionais	1	2.2	2	1.3	
Ateísmo/Agnóstico	17	37.8	27	17.4	

Tabela 2 - Tabela de médias, desvios padrões e valores de t para as variáveis Idade, Habilitações e Número de Filhos.

	Sexo Masculino (N=45)		Sexo Feminino (N=155)		t
	M	DP	M	DP	
Idade	30.24	10.98	28.29	9.68	1.152
Habilitações Literárias	12.51	3.95	12.28	3.03	.419
Número de Filhos	.91	2.36	.52	.93	1.656

p≤.01;*p≤.001

A análise da *Tabela 1* permitiu verificar uma diferença estatisticamente significativa entre homens e mulheres para a variável Nacionalidade ($\chi^2= 12.441$; $p=.029$). No que respeita à variável Trabalha na Atualidade também foram encontradas diferenças estatisticamente significativas ($\chi^2= 7.516$; $p=.006$). Identificou-se igualmente diferenças na variável Profissão ($\chi^2= 6.835$; $p=.077$) assim como na variável Classificação Profissional ($\chi^2= 14.356$; $p=.045$). Também foram observadas diferenças estatisticamente significativas na variável Religião ($\chi^2= 10.035$; $p=.018$).

5.3.2 Medidas

O estudo realizado integrou um questionário sociodemográfico e três medidas que visaram a análise dos constructos expostos ao longo da introdução teórica, salienta-se a aplicação: do *Adult Attachment Scale-R* (AAS-R) de Collins & Read (1990), adaptado para a população portuguesa por M. C. Canavarro (1995) que designa o instrumento por EVA e tem como objetivo avaliar a vinculação no adulto; segue-se o *Egna Minnen Beträffande Uppfostran* (EMBU) de Perris, Jacobsson, Lindström, von Knorring & Perris, (1984), adaptação portuguesa de M. C. Canavarro (1996; 1999) que avalia as memórias dos adultos no que respeita aos cuidados parentais durante a infância e adolescência; e por fim, o *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES) de Rosenberg, (1965) adaptado para a população portuguesa por Faria, L. (2000) que avalia a autoestima global no sujeito.

5.3.2.1 Questionário Sociodemográfico

Com vista a recolher informação sociodemográfica junto da amostra, construiu-se um questionário para essa finalidade. Este é composto por 10 questões que inclui o sexo, idade em anos, habilitações literárias que variam numa classificação entre a instrução primária até ao ensino superior. O sujeito poderia ainda referir a nacionalidade e etnia.

Na componente profissional os indivíduos indicavam se estavam a trabalhar ou não e descreveriam a sua profissão. No relacionamento atual optariam pelas seguintes escolhas: solteiro, namoro, casado, união de facto, divorciado e viúvo. Os participantes teriam que indicar se tinham ou não filhos, quantos seriam e se os mesmos habitavam com eles. Por fim selecionavam a opção religiosa.

5.3.2.2 EVA - Escala de Vinculação no Adulto

O estudo psicométrico para Portugal foi realizado por Canavarro (1997) tendo o instrumento sido denominado por *Escala de Vinculação do Adulto* (EVA). Posteriormente os autores Tereno (2001) e Almeida (2005) colaboraram na solidez psicométrica da escala para a nossa população.

A análise fatorial expôs três fatores: o fator 1 *Ansiedade* manifesta o grau de ansiedade que é experimentada pelo sujeito, integrando o receio de abandono ou de não ser amado. Já o fator 2 *Conforto com a Proximidade*, apresenta a posição de confortabilidade aquando da aproximação/intimidade e o fator 3 *Confiança nos Outros*, integra o grau de confiança que o indivíduo tem em relação com os demais sujeitos assim como a recetividade destes quando o sujeito necessita da sua presença (Canavarro, Dias, & Lima, 2006).

A observação das dimensões da prova EVA é reveladora da seguinte composição: a *Ansiedade* agrega os itens: (9, 10, 3, 11, 15 e 4) no que respeita à dimensão *Conforto com a Proximidade* incorpora os itens (12, 1, 14, 6, 8* e 13*) e a *Confiança nos outros* engloba os itens (18*, 2*, 16*, 17*, 7* e 5) (Canavarro, Dias, & Lima, 2006).

A EVA é composta por uma escala de *Likert* de 5 pontos que varia entre 1 – *Nada Característico em mim* até 5 – *Extremamente Característico em mim*. A cotação permite classificar a vinculação de cada sujeito. Os indivíduos que indiquem valores superiores à média (3) no *Conforto-Confiança* e inferiores na *Ansiedade* têm uma vinculação Segura. Já os sujeitos que exprimem valores superiores a (3) no *Conforto-Confiança* e igualmente superiores na *Ansiedade* revelam uma vinculação *Preocupada*. Os indivíduos que têm valores inferiores a (3) no *Conforto-Confiança* e igualmente inferiores a (3) na *Ansiedade* detêm uma vinculação *Desligada* e finalmente os que possuem valores inferiores a (3) no *Conforto-Confiança* e superiores na *Ansiedade* apresentam uma vinculação *Amedrontada* (Canavarro, Dias, & Lima, 2006).

Os valores do *alpha* de Cronbach na EVA para a dimensão *Ansiedade* é de (.84), no *Conforto com a Proximidade* é de (.67) e *Confiança nos outros* apresenta (.54). O valor total da escala é de (.81), já o índice de *Spearman-Brown* é de (.84) e o *split-half* expôs um valor de (.83) (Canavarro, Dias, & Lima, 2006).

A presente investigação verificou para as dimensões estudadas os seguintes *alphas*: *Ansiedade* (.84), *Conforto com a Proximidade* (.50) e *Confiança nos outros* (.59). Os valores

baixos dos *alphas* nas duas últimas dimensões conduziram à sua agregação constituindo a dimensão *Conforto/Confiança* ou *CloseDep* na prova original, obtendo-se um *alpha* de (.62).

5.3.2.3 EMBU – Memórias de Cuidados Parentais em Adultos

Este presente estudo compreendeu o emprego da adaptação portuguesa de M. C. Canavarro (1996;1999). A investigação tem revelado a importância das figuras parentais para o desenvolvimento do sujeito, apontando as práticas educativas como influenciadoras de múltiplos campos: como o desenvolvimento emocional e cognitivo, da personalidade, na construção das relações interpessoais e afetivas e por fim na componente psicopatológica. Para além dos pontos apresentados as pesquisas têm seguido abordagens que envolvem o reconhecimento e quantificação das práticas parentais (Canavarro; 1996).

A versão primária do *Inventory for Assessing Memories of Parental Rearing Behaviour* (EMBU) foi desenvolvida por C. Perris, L. Jacobsson, H. Lindström, L. von Knorring e H. Perris (1980) que compunha um total de 81 itens dispersos em 14 dimensões. Posteriormente, um estudo realizado na população alemã tendo por investigadores Arrindell, Emmelkamp Monsma & Brilman (1983) efetivou uma análise fatorial resultando quatro fatores: *Rejeição*; *Suporte Emocional*, *Sobreproteção* e *Preferência em Relação aos Irmãos*.

Este instrumento na população portuguesa tem por nome *Memórias de Infância* e contém 23 itens sendo considerado um dos instrumentos mais aplicados para avaliar as memórias das práticas parentais nos adultos. Tal com o sucede na prova original a avaliação é feita de forma separada para Pai e Mãe. A análise fatorial confirmatória apresentou as seguintes dimensões: *Suporte Emocional* que traduz comportamentos parentais positivos e que são percebidos pelo sujeito como agradáveis, resultando da congregação de condutas como: aprovação, encorajamento, ajuda, compensação, expressão verbal e física de amor e carinho. O fator *Rejeição* relaciona-se com a alteração da vontade dos filhos proveniente do comportamento das figuras parentais. Estes exercem sobre a prole a sua influência por forma a comportarem-se como pretendem. O constructo resulta da constância de determinadas ações como por exemplo: castigos físicos, afastamento de objetos/regalias ou emprego de força direta visando a mudança do comportamento. Já a *Sobreproteção* comporta uma forte vigilância parental sobre o comportamento do filho, não permitindo a sua emancipação (Canavarro; 1996).

A disposição de itens pelas dimensões executa-se do seguinte modo: para o Pai o *Suporte Emocional* inclui os itens (14, 12, 23, 2, 6, 19, 9); o fator *Rejeição* envolve os itens (7, 13, 1, 16, 15, 4, 10, 22) e por fim a *Sobreproteção* cinge os itens (8, 11, 18, 17*, 20, 3 e 5). Na componente Mãe apresenta para o *Suporte Emocional* os itens (19, 14, 12, 23, 6, 2 e 9); a *Rejeição* expõe os itens (21, 13, 16, 7, 4, 1, 15, 10, 22); e a *Sobreproteção* contém os itens (11, 8, 17*, 18, 3, 5 e 20). Os itens assinalados com asterisco são considerados itens invertidos, (Canavarro; 1996).

Na consistência interna o *alpha* de *Cronbach* para o Pai foi de (.54), o coeficiente de *Sperman-Brown* (.61) e a correlação *Split-half* (.44). Na componente Mãe relevou um coeficiente de *Cronbach* de (.66), o coeficiente de *Sperman-Brown* (.78) e a correlação *Split-half* (.64). A estabilidade teste-reteste indicou para a forma Pai: no *Suporte* (r.78); *Crítica/Rejeição* (r.72); *Sobreproteção* (r.65). A componente Mãe revelou no *Suporte* (r.69); *Crítica/Rejeição* (r.83) e a *Sobreproteção* (r.62) (Canavarro; 1996).

A presente investigação averiguou-se os seguintes *alphas*: *Suporte Emocional Paterno* (.86), a *Rejeição Paterna* (.83) e a *Sobreproteção Paterna* (.47). Na componente materna identificou-se um *alpha* de (.87) para o *Suporte Emocional*, para a *Rejeição* apresentou um valor de (.82) e a *Sobreproteção* (.55).

5.3.2.4 RSES – *Questionário de Autoestima Global de Rosenberg*

A autoestima na visão de Rosenberg (1979) é apreciada como uma posição manifestada pelo sujeito em conformidade com o *self*, apresentando-se como positiva quando há valorização e apreciação ou negativa quando o indivíduo ostenta desvalorização e descontentamento. Este constructo agrega quatro pontos: avaliações provenientes dos outros; análises comparativas que decorrem nas interações com o meio que ao serem negativas agem como valores penalizadores; autoatribuições e por fim tem uma relação importante com o autoconceito. A investigação tem indicado que a autoestima e o autoconceito são dimensões diferenciadas, no entanto desfrutam de ligações, pois as áreas otimizadas congregam num autoconceito positivo e consequentemente em índices de autoestima elevados (Azevedo & Faria, 2004).

O questionário visado tem por finalidade a avaliação da autoestima global e é constituído por 10 itens, dos quais cinco são na forma positiva e o remanescente é no formato negativo. A RSES inclui afirmações que são avaliadas por uma escala tipo *Likert* que poderá

ser de 4, 8 ou 6 pontos. As afirmações variam entre 6 – *Concordo Totalmente* até 1 – *Discordo Totalmente*. Este instrumento tem apresentado boas qualidades psicométricas decorrentes de múltiplas investigações com índices de *alphas de Cronbach* superiores a (.80) e uma estrutura unifatorial embora haja autores que apoiem a presença de dois fatores como (Romano, Negreiros, & Martins, 2007). Para a amostra portuguesa o estudo psicométrico apresentou um *alpha* de (.89) e expôs um fator que elucida 53,1% da variância. O valor do *alpha* neste estudo foi de (.88).

5.3.3 Procedimento

Tal como foi exposto, o seguinte estudo é composto por uma amostra de conveniência recolhida nos Concelhos de Sintra e Lisboa, conseguida através de contactos informais. Após esta abordagem foi iniciada a recolha da amostra procurando-se a integração de sujeitos com idades iguais ou superiores a 18 anos.

Após uma consulta informal à população foi à *posteriori* cedido o consentimento informado junto de uma população jovem proveniente da Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias entre Fevereiro e Março com o auxílio de professores e alunos. No ato de preenchimento dos consentimentos indicou-se a importância da participação na investigação com as adjacentes do anonimato, confidencialidade e possibilidade de desistência a qualquer momento. O término teve por média 10 a 15 minutos. Este procedimento foi replicado no Conselho de Sintra nos meses de Abril a Maio, solicitando-se a participação de sujeitos para o estudo.

Após a recolha dos duzentos indivíduos executou-se a construção de uma base de dados através do programa de tratamento e análise estatística IBM SPSS, para o sistema operativo Microsoft *Windows 7, versão 21*.

Primeiramente foi realizada a descrição da amostra (idade, habilitações literárias, situação laboral, classificação profissional segundo o IEFP, relacionamento atual, filiação e religião). Seguiu-se a concretização dos procedimentos estatísticos com vista a análise das propriedades dos instrumentos e tratamento estatístico.

5.4 Resultados

A *Tabela 3* corresponde à estatística descritiva das dimensões em estudo para a *Amostra Total*.

Tabela 3 - Análise descritiva para mínimo, máximo, média e desvio padrão para as variáveis EVA, EMBU e RSES

Grupo				
Amostra Total (N=200)				
	Mínimo	Máximo	M	DP
EVA				
Ansiedade	1.00	4.83	2.25	.77
Conforto/Confiança	2.08	4.50	3.39	.43
EMBU				
Suporte Emocional Paterno	7.00	28.00	18.47	4.89
Rejeição Paterna	8.00	29.00	10.62	3.73
Sobreproteção Paterna	9.00	25.00	14.62	2.94
Suporte Emocional Materno	7.00	28.00	20.08	4.79
Rejeição Materna	9.00	33.00	12.56	4.14
Sobreproteção Materna	9.00	27.00	15.36	3.41
RSES				
Autoestima	10.00	60.00	48.56	7.92

Ao observar a tabela acima referida, a variável *Ansiedade* apresentou um valor mínimo de 1 e um máximo de 4.83 (M= 2.25; DP=.77). Já a variável *Conforto/Confiança* revelou um valor mínimo de 2.08 e um máximo de 4.50 (M= 3.39; DP=.43). O *Suporte Emocional Paterno* teve um valor mínimo de 7 e um máximo de 28 (M= 18.47; DP= 4.89), a *Rejeição Paterna* indicou um valor mínimo de 8 e um máximo de 29 (M= 10.62; DP= 3.73) e a *Sobreproteção Paterna* revelou um valor mínimo de 9 e um máximo de 25 (M= 14.62; DP= 2.94). Na componente materna o *Suporte Emocional* apresentou um valor mínimo de 7 e um máximo de 28 (M= 20.08; DP= 4.79), a *Rejeição Materna* teve um valor mínimo de 9 e um máximo de 33 (M= 12.56; DP= 4.14) e a *Sobreproteção Materna* revelou um valor mínimo de 9 e um máximo de 27 (M= 15.36; DP= 3.41). Na *Autoestima* o valor mínimo foi de 10 e o máximo de 60 (M= 48.56; DP= 7.92).

1. Amostra Total

Para analisar a presença ou inexistência de diferenças significativas entre sujeitos do sexo masculino e feminino nas dimensões da EVA, EMBU e RSES procedeu-se a um teste *T-Student*, conforme a *Tabela 4*.

Tabela 4 - Diferenças entre o sexo masculino e feminino (*T-Student*).

	Género				<i>t</i>	<i>p</i>
	Masculino (N=45)		Feminino (N=155)			
	M	DP	M	DP		
EVA						
Ansiedade	2.05	.55	2.32	.82	2.073	.04*
Conforto/Confiança	3.42	.33	3.38	.46	.557	.57
EMBU						
Suporte Emocional Paterno	18.30	5.07	18.52	4.86	.249	.80
Rejeição Paterna	11.00	4.28	10.51	3.57	.726	.46
Sobreproteção Paterna	14.51	2.63	14.66	3.03	.292	.77
Suporte Emocional Materno	19.50	4.47	20.24	4.88	.867	.38
Rejeição Materna	12.47	4.22	12.58	4.14	.151	.88
Sobreproteção Materna	14.88	2.80	15.51	3.56	1.064	.28
RSES						
Autoestima	49.44	7.62	48.29	8.02	.851	.39

$p \leq .05^*$, $p \leq .01^{**}$.

Verificou-se a presença de uma diferença estatisticamente significativa entre o sexo masculino e feminino para a *Ansiedade* ($t= 2.073$; $p=.04$). A amostra feminina possui uma média superior ($M= 2.32$; $DP=.82$) quando equiparada com sexo masculino ($M= 2.05$; $DP=.55$). Para as restantes dimensões não foram verificadas diferenças estatisticamente significativas.

Tendo por base uma amostra de sujeitos adultos procedeu-se à indagação de diferenças estatísticas na classificação Tem Filhos. Para tal realizou-se um *T-Student* para as dimensões EVA, EMBU e RSES. Os resultados obtidos encontram-se na *Tabela 5*.

Tabela 5 - Diferenças entre a Classificação Tem Filhos (*T-Student*).

Tem Filhos						
	Sim (N=60)		Não (N=140)		<i>t</i>	<i>p</i>
	M	DP	M	DP		
EVA						
Ansiedade	2.33	.85	2.22	.73	.825	.41
Conforto/Confiança	3.25	.46	3.44	.41	2.853	.005**
EMBU						
Suporte Emocional Paterno	17.60	4.63	18.84	4.97	1.585	.11
Rejeição Paterna	11.42	4.16	10.31	3.52	1.782	.07
Sobreproteção Paterna	15.00	2.79	14.46	2.99	1.114	.26
Suporte Emocional Materno	18.82	5.04	20.61	4.60	2.376	.019*
Rejeição Materna	13.37	4.32	12.23	4.04	1.705	.09
Sobreproteção Materna	15.32	2.74	15.38	3.66	.124	.90
RSES						
Autoestima	48.22	8.71	48.70	7.59	.394	.69

$p \leq .05^*$, $p \leq .01^{**}$.

Identificou-se diferenças estatisticamente significativas na variável Tem Filhos, no que concerne à dimensão *Conforto/Confiança* ($t = 2.853$; $p = .005$). Os sujeitos que não possuem filhos revelam uma média superior ($M = 3.44$; $DP = .41$) para o fator enunciado anteriormente quando equiparados com os que têm ($M = 3.25$; $DP = .46$).

Observou-se igualmente na dimensão *Suporte Emocional Materno* diferenças estatisticamente significativas ($t = 2.376$; $p = .019$). Também nesta dimensão os indivíduos que não possuem filhos apresentam uma média superior ($M = 20.61$; $DP = 4.60$) quando comparados com os que têm ($M = 18.82$; $DP = 5.04$). Não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas nas demais dimensões.

Por forma a potenciar a investigação classificou-se a amostra consoante a sua vinculação (Seguro e Inseguro) realizando-se o procedimento estatístico *T-Student* para as dimensões desta investigação EVA, EMBU e RSES. Alcançou-se os seguintes resultados explícitos na *Tabela 6*.

Tabela 6 - Diferenças na Classificação da Vinculação (*T-Student*).

	Vinculação				<i>t</i>	<i>p</i>
	Seguro (N=143)		Inseguro (N=37)			
	M	DP	M	DP		
EMBU						
Suporte Emocional						
Paterno	18.94	4.65	16.35	5.57	2.863	.005**
Rejeição Paterna	10.17	3.25	12.38	5.13	3.073	.002**
Sobreproteção						
Paterna	14.34	2.82	15.68	3.41	2.383	.018*
Suporte Emocional						
Materno	20.39	4.65	19.00	5.29	1.566	.119
Rejeição Materna	11.97	3.64	15.00	5.51	3.848	.000**
Sobreproteção						
Materna	14.99	3.20	16.91	3.96	2.997	.003**
RSES						
Autoestima	49.31	7.81	44.78	8.30	3.075	.002**

p≤.05*, p≤.01**.

Observou-se na prova EMBU a presença de diferenças estatisticamente significativas para as seguintes dimensões: *Suporte Emocional Paterno* ($t= 2.863$; $p=.005$), *Rejeição Paterna* ($t= 3.073$; $p=.002$) e *Sobreproteção Paterna* ($t= 2.383$; $p=.018$).

No domínio *Suporte Emocional Paterno* os sujeitos Seguros revelaram uma média superior (M= 18.94; DP= 4.65) quando comparados com o grupo Inseguro (M= 16.35; DP= 5.57). Já estes apresentaram valores superiores na média para a *Rejeição Paterna* (M= 12.38; DP=5.13) assim como para a *Sobreproteção Paterna* (M= 15.68; DP= 3.41).

Na componente materna do EMBU, identificou-se diferenças estatisticamente significativas para a *Rejeição* ($t= 3.848$; $p=.000$) e *Sobreproteção* ($t= 2.997$; $p=.003$). No que respeita à diferença entre os grupos, verificou-se que os indivíduos Inseguros quando equiparados com os sujeitos Seguros apresentaram uma média superior para os fatores enunciados: (M= 15.00; DP= 5.51) para a *Rejeição* e (M= 16.91; DP= 3.96) na *Sobreproteção*.

Também na RSES identificou-se diferenças estatisticamente significativas entre os grupos, ($t= 3.075$; $p=.002$). Os sujeitos com classificação Segura possuem maior *Autoestima* ($M= 49.31$; $DP= 7.81$) quando equiparados com os Inseguros ($M= 44.78$; $DP= 8.30$).

Com vista à constatação de diferenças significativas no respeito ao Relacionamento Atual e às dimensões EVA (*Ansiedade, Conforto/Confiança*); EMBU (*Suporte Emocional Paterno, Rejeição Paterna, Sobreproteção Paterna, Suporte Emocional Materno, Rejeição Materna, Sobreproteção Materna*); e RSES (*Autoestima*) procedeu-se à realização de uma ANOVA com vista à análise de diferenças nas médias.

Tabela 7 - Diferenças de médias entre Relacionamento Atual para as dimensões EVA; EMBU e RSES (ANOVA)

	Solteiro		Namoro		Casado		União de Facto		Divorciado			
	M	DP	M	DP	M	DP	M	DP	M	DP	F	p
Ansiedade	2.38	.81	2.15	.69	2.15	.79	2.34	.83	2.38	.53	.97	.42
Conforto/ Confiança	3.38	.42	3.42	.43	3.37	.48	3.35	.45	3.36	.34	.14	.96
Suporte Emocional Paterno	19.15	4.33	18.77	5.17	16.93	4.47	17.57	5.56	20.00	8.00	1.42	.22
Rejeição Paterna	10.24	2.55	10.25	3.32	11.32	4.42	12.10	6.18	10.00	2.00	1.36	.24
Sobreproteção Paterna	14.52	2.66	14.71	3.32	14.51	2.71	14.42	2.92	17.33	1.15	.69	.59
Suporte Emocional Materno	21.03	4.75	20.54	3.95	17.87	5.12	19.34	5.56	19.66	8.02	2.75	.02**
Rejeição Materna	12.59	4.00	12.17	3.63	13.03	4.88	13.27	5.15	10.66	1.52	.56	.69
Sobreproteção Materna	15.50	3.99	15.65	3.45	14.75	2.61	15.09	2.72	15.00	1.73	.44	.77
Autoestima	47.53	8.47	49.33	6.63	49.16	7.95	48.66	9.38	43.33	13.20	.80	.52

* $p \leq .05$; ** $p \leq .01$; *** $p \leq .001$

A Tabela 7 é indicadora de diferenças estatisticamente significativas para a dimensão *Suporte Emocional Materno* ($F= (4) 2.75$; $p=.02$). A análise do *Post Hoc* de Tukey indica que a diferença decorre entre o grupo dos solteiros e casados ($M= 3.15$; $DP= 1.01$; $p=.018$). No que concerne aos restantes domínios não foram identificadas diferenças significativas.

Apurou-se diferenças significativas entre a Religião e as dimensões EVA (*Ansiedade, Conforto/Confiança*); EMBU (*Suporte Emocional Paterno, Rejeição Paterna, Sobreproteção Paterna, Suporte Emocional Materno, Rejeição Materna, Sobreproteção Materna*); e RSES (*Autoestima*), para tal realizou-se uma *ANOVA* com vista a identificar a diferença nas médias.

Tabela 8 - Diferenças de médias entre Religião para as dimensões EVA; EMBU e RSES (*ANOVA*)

	Cristã		Outras Crenças		Ateísmo/Agnóstico		F	p
	M	DP	M	DP	M	DP		
Ansiedade	2.27	.80	2.31	.54	2.22	.71	.08	.91
Conforto/ Confiança	3.39	.45	3.14	.29	3.42	.36	1.55	.21
Suporte Emocional Paterno	19.03	4.58	16.33	7.10	17.46	5.15	2.64	.07
Rejeição Paterna	10.36	3.58	11.55	3.67	11.22	4.28	1.08	.33
Sobreproteção Paterna	14.64	2.95	14.55	3.35	14.37	2.68	.13	.87
Suporte Emocional Materno	20.55	4.59	16.77	7.39	19.39	4.46	3.33	.03*
Rejeição Materna	12.55	4.43	13.00	4.69	12.43	3.07	.06	.93
Sobreproteção Materna	15.60	3.59	13.44	2.12	15.04	3.00	1.93	.14
Autoestima	48.90	8.06	50.44	5.45	46.90	7.78	1.32	.26

* $p \leq .05$; ** $p \leq .01$; *** $p \leq .001$

A *Tabela 8* apresenta diferenças estatisticamente significativas para a dimensão *Suporte Emocional Materno* ($F= (2) 3.33$; $p= 0.03$). A observação do *Post Hoc* de *Tukey* é indicadora de que as diferenças estatísticas encontram-se entre os seguintes grupos: Cristã e Outras Crenças ($M= 3.77$; $DP= 1.62$; $p=.05$). Nos restantes grupos não foram identificadas outras diferenças.

Para verificar a existência de correlações entre as dimensões em estudo, EMBU e EVA reproduziu-se o teste do coeficiente de correlação linear de *Pearson*. Segue-se a apresentação dos resultados obtidos.

Tabela 9 - Correlações entre as dimensões do EMBU e EVA

EMBU	EVA	
	Ansiedade	Conforto/ Confiança
Suporte Emocional Paterno	-0.234**	0.172*
Rejeição Paterna	0.212**	-0.176*
Sobreproteção Paterna	0.095	-0.119
Suporte Emocional Materno	-0.175*	0.107
Rejeição Materna	0.309**	-0.182*
Sobreproteção Materna	0.198**	-0.036

p≤.05*, p≤.01**, p≤.001***

A *Tabela 9* exibe a matriz de correlações entre as dimensões dos instrumentos EVA e EMBU. Verificou-se que o *Suporte Emocional Materno* concretiza uma relação fraca e inversa com a Ansiedade, ($r = -.175$; $p \leq .05$). Já *Sobreproteção Materna* associou-se de uma forma positiva com a Ansiedade e a sua correlação é considerada moderada ($r = .198$; $p \leq .05$).

O *Suporte Emocional Paterno* estabeleceu uma relação negativa e moderada com a Ansiedade, ($r = -.243$; $p \leq .01$). Já a *Rejeição Paterna* ($r = .212$; $p \leq .01$) e *Materna* ($r = .309$; $p \leq .01$) concretizaram associações positivas e igualmente moderadas com a dimensão Ansiedade.

Na outra dimensão da EVA identificou-se as seguintes relações: o *Suporte Emocional Paterno* instituiu uma relação fraca mas positiva com o Conforto/Confiança ($r = .172$; $p \leq .05$). Já a *Rejeição Paterna* ($r = -.176$; $p \leq .05$) e *Materna* ($r = -.182$; $p \leq .05$) correlacionaram-se inversamente com o Conforto/Confiança e a sua relação pode ser classificada como fraca.

A seguinte tabela diz respeito às dimensões do EMBU e RSES, tendo sido aplicado o teste do coeficiente de correlação linear de *Pearson*. Apresenta-se os resultados.

Tabela 10 - Correlações entre as dimensões do EMBU e RSES

EMBU	RSES
	Autoestima
Suporte Emocional Paterno	0.304**
Rejeição Paterna	-0.251**
Sobreproteção Paterna	-0.042
Suporte Emocional Materno	0.234**
Rejeição Materna	-0.261**
Sobreproteção Materna	-0.079

p≤ .05*, p≤.01**, p≤.001***

A *Tabela 10* representa as matrizes de correlações entre o EMBU e a RSES. Identificou-se que o *Suporte Emocional Paterno* ($r=.304$; $p\leq.01$) e *Materno* ($r=.234$; $p\leq.01$) estabeleceram uma correlação positiva e moderada com a *Autoestima*. A *Rejeição Materna* ($r= -.261$; $p\leq.01$) e a *Rejeição Paterna* ($r= -.251$; $p\leq.01$) associaram-se inversa e moderadamente com a *Autoestima*.

Segue-se um teste do coeficiente de correlação linear de *Pearson* entre as dimensões EVA e RSES. Expõe-se os resultados obtidos.

Tabela 11 - Correlações entre as dimensões da EVA e RSES

RSES	
EVA	Autoestima
Ansiedade	-0.295**
Conforto/Confiança	0.275**
$p\leq.05^*$, $p\leq.01^{**}$, $p\leq.001^{***}$	

A *Tabela 11* apresenta a matriz de correlações entre os instrumentos EVA e RSES. Reconheceu-se que a *Ansiedade* apresentou uma correlação negativa e moderada com a *Autoestima* ($r= -.295$; $p\leq.01$) e o *Conforto/Confiança* correlacionou-se positiva e moderadamente com a *Autoestima* ($r= -.275$; $p\leq.01$).

Realizou-se uma correlação linear de *Pearson* entre a Idade com as dimensões do instrumento EVA.

Tabela 12 - Correlações entre a Idade e as dimensões da EVA

IDADE	
EVA	
Ansiedade	-0.071
Conforto/Confiança	-0.157*
$p\leq.05^*$, $p\leq.01^{**}$, $p\leq.001^{***}$	

A *Tabela 12* apresenta as correlações entre o fator Idade e as dimensões da prova EVA. Menciona-se que para a *Ansiedade* não se verificou uma correlação embora para o *Conforto/Confiança* tenha surgido uma relação de carácter negativo e fraco com a Idade ($r= -.157$; $p\leq.05$).

Correlacionou-se as dimensões do EMBU com o fator Idade e obteve-se os seguintes resultados expressos na *Tabela 13*.

Tabela 13 - Correlações entre a Idade e as dimensões EMBU

EMBU	IDADE
Suporte Emocional Paterno	-0.191**
Rejeição Paterna	0.151*
Sobreproteção Paterna	0.046
Suporte Emocional Materno	-0.274**
Rejeição Materna	0.145
Sobreproteção Materna	-0.082

p≤.05*, p≤.01**, p≤.001***

A correlação entre os fatores indicou que entre a Idade e o *Suporte Emocional Paterno* e *Materno* decorre uma correlação moderada e negativa, ($r = -.191; p \leq .01$) e ($r = -.274; p \leq .01$). Já a *Rejeição Paterna* associou-se de uma forma positiva e fraca com a Idade ($r = .151; p \leq .05$).

A seguinte *Tabela 14* acomoda a correlação linear de *Pearson* entre a Idade e a RSES.

Tabela 14 - Correlações entre a Idade e a Autoestima Global

RSES	IDADE
Autoestima	-0.085

p≤.05*, p≤.01**, p≤.001***

Nesta correlação não se identificou uma associação entre as variáveis Idade e *Autoestima*.

5.5 Discussão dos Resultados

Quando se procura definir a adultícia e conjuntamente ligar-lhe fatores, um determinante surge neste plano: a idade que inevitavelmente está conectada ao sistema legal. A delimitação referida não é suficiente para o preenchimento dos parâmetros sociológicos, pois esta fase do ciclo de vida inclui o preenchimento de determinados papéis sociais, entre os quais a conclusão de um grau académico, saída de casa, estabelecimento/independência de morada própria ou ainda a constituição de uma relação que poderá agregar o casamento e filhos. A assunção de que um sujeito é responsável e independente está conectada com uma maturidade psicossocial que expressa habilidade no funcionamento entre parâmetros individuais e ambientais. Um nível elevado de maturidade psicológica abarca a tomada de decisão, resolução de crises de identidade, proximidade e intimidade, características que fazem parte desta fase (Brzezinska & Piotrowski, 2013).

A maioria dos indivíduos sabe da importância que as relações interpessoais têm para o bem-estar e esta relação foi amplamente estudada por Bowlby quando observou os efeitos negativos em crianças quando separadas das figuras maternas. A vinculação compreende um sistema comportamental, que regula emoções e cognições, tendo como propósito a proximidade com a figura de vinculação (Bowlby, 1990) estando a mesma sujeita a fatores internos e externos. No nascimento a criança desenvolve uma gama de componentes de ordem cognitiva e motora que lhe permite expressar emoções e sentimentos. Há medida que se desenvolve para o estado de adulto, esta capacidade social é relevante para a constituição de relações íntimas e duradouras, que fornecem satisfação pessoal e mais tarde permite ao sujeito desempenhar o seu papel como figura parental adequada (Yárnoz-Yaben & Comino, 2011).

A teoria da vinculação reconhece a importância de uma outra dimensão, a qualidade dos cuidados parentais (Tani, Bonechi, Peterson, & Smorti, 2010) que ao incluir conforto e proteção permite ao sujeito definir-se numa base segura (Brenning, Soenens, & Braet, 2012). Esta segurança difunde-se num *self* valorizado (Neves & Faria, 2009) e autoestima positiva (Mruk, 2006).

O estudo realizado constituiu um carácter exploratório e assenta na população adulta com uma média de idades 28,74 anos. Este elucidou para a relação entre a vinculação, cuidados parentais e autoestima tendo permitido a constituição de dois grupos distintos, seguro e inseguro. Ainda no contexto da amostra refere-se a diferença na percentagem entre

os sexos, já que a população feminina encontra-se em maioria quando comparada com a masculina.

A amostra apresentou na sua generalidade indivíduos de nacionalidade portuguesa com origem caucasiana, expondo uma classificação profissional que variou entre uma distribuição estudantil e trabalhadores de distintas áreas profissionais, os quais foram classificados através da informação do Instituto do Emprego e Formação Profissional. O âmbito relacional indicou uma variância entre o solteiro até ao divorciado com expressão maioritária para ausência de filhos e religião predominantemente cristã.

A análise estatística permitiu reconhecer associações estatisticamente significativas entre os dados sociodemográficos e as dimensões deste estudo. Primeiramente salienta-se as diferenças encontradas entre o grupo solteiro e casado para o conforto/confiança e o suporte emocional. Estes resultados vão ao encontro do estudo realizado por (Swartz, Minzee, Mayumi, & Mortimer, 2011) que mencionam que sujeitos solteiros e sem filhos apresentam maior suporte emocional parental. Este suporte pode ser traduzido num reforço de elementos práticos do dia-a-dia como ajuda financeira. Também as práticas religiosas comprovaram associar-se aos cuidados parentais encontrando-se exposto no estudo realizado por Najam e Batoool (2012). Os investigadores referem que a natureza relacional (responsividade, aceitação, afeto, cuidado, conforto e suporte) aparenta uma ligação com Deus.

Passando para o contexto da nossa investigação e especificamente para a primeira hipótese, esta confirmou-se parcialmente pois surgiu uma diferença estatisticamente significativa na componente vinculativa. Aqui as mulheres obtiveram uma média superior na Ansiedade quando comparadas com os homens. Esta conceção foi mencionada por (Gugová, Heretik, & Hajdúk, 2014) que verificaram nesta população a tendência para uma vinculação com características ansiosas. O mesmo estudo incluiu o ECR-R que contém itens provenientes do AAS-R que procura avaliar duas linhas da vinculação: ansiosa e evitante. Os autores Maunder & Hunter (2012) referem que a componente comportamental da vinculação ansiosa indica primeiramente a busca por uma proximidade, no entanto há uma disposição no sujeito para exibir algum desequilíbrio entre a dependência e a proximidade. Designam igualmente a necessidade de vigilância, responsividade e comprometimento. Uma expressão amplificada de ansiedade pode ser analisada como uma estratégia para manter o outro atento e próximo de si. Waters, Merrick, Treboux, Crowell & Albersheim (2000) concretizaram um estudo longitudinal e apontam para uma estabilidade na vinculação desde a infância até à idade adulta. Uma vinculação com características ansiosas incluiu preocupação, noção de

indisponibilidade e medo de rejeição ou abandono. Esta componente da vinculação prediz a componente do bem-estar psicológico e qualidade da relação. Uma pontuação elevada neste fator alude a estratégias de hiperativação como a procura de suporte ou amor combinado com alguma falta de confiança. A insegurança demonstrada porá em risco a autoestima, o funcionamento interpessoal e saúde mental assim como a harmonia e estabilidade necessária para uma relação (Sar-el, Mikulincer, & Doron, 2013). Indivíduos ansiosos são mais sensíveis quando decorrem mudanças nas suas relações, pois a sua essência ansiosa torna-os mais atentos aos comportamentos dos companheiros (Benson, Sevier, & Christensen, 2013). A investigação preconizada por Pelóquin, Brassard, Lafontaine & Shaver (2013) sugere que a insegurança na vinculação prediz o *caregiving*. São considerados sujeitos com habilidade nos cuidados prestados mas as suas preocupações podem interferir no fator enunciado.

A transição para uma análise da vinculação, que é a base deste trabalho permitiu a construção de dois grupos distintos, Seguro e Inseguro através da classificação da EVA possibilitando a análise com os restantes constructos. Salienta-se a comparência de diferenças estatisticamente significativas para a maioria das dimensões com a exceção do Suporte Emocional Materno.

Verificou-se que os sujeitos com segurança na vinculação apresentam memórias de cuidados parentais positivas e expressam maior autoestima. Esta relação é apresentada nas médias superiores em dimensões do EMBU como o Suporte Emocional Paterno e Materno e também na Autoestima confirmando-se a segunda hipótese deste estudo. A componente vinculativa é corroborada pelo trabalho realizado de (Canavarro, Dias, & Lima, 2006) que apontam para maior Conforto com a proximidade e Confiança em sujeitos com vinculação Segura. Segundo Bowlby (1984) a presença ou ausência de uma figura de vinculação responsiva vai determinar a construção da tipologia dos modelos internos dinâmicos, que neste caso assentaram sobre a disponibilidade e confiança. Já o Suporte Emocional manifestado por estes sujeitos proveio de figuras de vinculação carinhosas e sensíveis (Kurth, 2013) que permitirá ao sujeito adulto relacionar-se de forma significativa e adaptativa. Na componente afetiva expressam mais intimidade, confiança e satisfação nos outros (Figueiredo, Pacheco, Costa & Magarinho, 2006; Sable, 2008) detendo um sentido de proteção do *self* (George & West, 1999). Segundo a investigação as figuras de vinculação destes indivíduos e com maior incidência sobre a figura materna obtiveram experiências infantis positivas replicando o seu padrão seguro na geração filial (Siddiqui, Hägglöf &

Eisemann, 2000). Esta ideia configura uma estabilidade dos modelos dinâmicos internos (Portu-Zapirain, 2013).

Também a autoestima assume uma relação com os cuidados parentais e vinculação, pois sabe-se que um indivíduo que obteve um suporte parental desenvolveu uma valorização interna e um sentido de competência (Mruk, 2006). Esta relação é assinalada no estudo realizado por Bulanda & Majumbar (2009) que apontam para a importância da disponibilidade e envolvimento parental como vias potenciadoras da autoestima. Os autores Roberts & Bengtson (1996) ressaltam as correlações moderadas entre a afetividade das figuras parentais e autoestima. Os pesquisadores (Nelson, Padilla-Walker, Christensen, Evans, & Carrol, 2011) concretizaram um estudo em adultos e verificaram que os sujeitos que expressam uma parentalidade assente em zelo potenciarão mais independência, criatividade, capacidades de liderança, autocontrolo e elevada autoestima. Indivíduos assentes numa vinculação segura e que obtiveram cuidados consistentes revelam proximidade na relação, são confiantes, valorizados e expressam uma autoestima positiva (Khoshkam, Bahrami, Ahmadi, Fatehizade, & Etemadi, 2012).

Por outro lado, os sujeitos inseguros na componente vinculativa apresentam contrariamente ao primeiro grupo, memórias dos cuidados parentais negativos e expõem menor autoestima. Esta relação é expressada em médias superiores em componentes do EMBU como a Rejeição e Sobreproteção parental e inferiores na RSES, verificando-se desta forma a terceira hipótese do nosso estudo. Esta relação vai ao encontro de (Caron, Lafontaine, Bureau, Levesque, & Johnson, 2012) ao sugerirem que os sujeitos inseguros experienciavam menor autoestima e bem-estar. A sua componente relacional é marcada por limitações em áreas como a comunicação com o companheiro e gestão de conflitos e apresentam níveis elevados de afetividade negativa, ansiedade e *stress* (Delgado, 2011). Os autores Siddiqui, Hägglöf, & Eisemann (2000) abordam os cuidados parentais no seu estudo com a inclusão do AAI e dos seus resultados ressalta a aceção de que as figuras vinculativas dos sujeitos classificados como inseguros davam a conhecer experiências negativas na infância como por exemplo a rejeição. Este mesmo parecer foi referenciado por Rothbard & Shaver (1994) ao mencionarem para este grupo uma figura materna ansiosa ou inquieta. Já Fenney e Noller (1990) apresentaram semelhanças com os resultados dos investigadores anteriormente citados ao aludirem para uma relação entre cuidados parentais negativos e uma vinculação com características inseguras. Salienta-se que estes mesmos sujeitos vivenciaram irresponsabilidade parental, intrusividade, controlo excessivo que os orientarão para uma

débil confiança nos outros e evitamento nas relações afetivas, (Brenning, Soenens, & Braet, 2012). Aponta-se que uma vinculação insegura forma modelos dinâmicos negativos que foram concebidos através da história relacional com os cuidadores e estes expõem pobreza na responsividade e no suporte. Analogamente apresentarão um *self* desvalorizado que afetará as suas relações. A ativação destas estruturas contribui para o despontar de perturbações como depressão e ansiedade (Klein, Wonderlich & Crosby, 2001; Demidenko, Tasca, Kennedy & Bissada, 2010). Menciona-se de igual forma que a qualidade das relações afetivas surge como uma componente essencial já que a sua ausência desencadeia uma incapacidade de integração do sucesso e conseqüente falta de autoestima (Duclos, 2006).

Ao analisar as correlações deste estudo foi possível verificar que a vinculação possui uma relação com os cuidados parentais, confirmando-se a quarta hipótese deste trabalho. Segundo (Tuttle, Knudson-Martin, & Kim, 2012) a parentalidade assente em envolvimento, suporte, sensibilidade e responsividade provém de uma vinculação segura. Em sujeitos adultos, esta relação conflui para uma maior satisfação nos papéis parentais. Também (Haas, Bakermans-Kranenburg & van Ijzendoorn 1994) apontam para uma relação parcial entre as experiências vinculativas e as memórias dos cuidados parentais. A segurança na vinculação permite ao sujeito manifestar proximidade na relação (Khoshkam, Bahrami, Ahmadi, Fatehizade, & Etemadi, 2012). Por outro lado, uma vinculação com atributos de insegurança envolve insensibilidade nos cuidados parentais originando no indivíduo adulto respostas sociais que compreendem ansiedade e inquietação. São sujeitos que expõem falta de autoconfiança e habilidade social, com obstáculos na gestão de conflitos e comunicação com os seus parceiros, confluindo para atitudes disfuncionais (Roberts, Gotlib, & Kassel, 1996; Murray, Holmes, & Griffin, 2000).

Já o constructo da autoestima relaciona-se com a vinculação (Murray, Holmes, & Griffin, 2000). Esta envolve consistência e resposta às necessidades do sujeito e uma classificação positiva no fator engloba uma valorização interna, pois sabe-se que a qualidade da base relacional construída entre as figuras de vinculação (principalmente a mãe) e a criança é deveras essencial para o seu desenvolvimento (Rocha, Mota, & Matos, 2011). Considera-se igualmente que a aprovação e presença de relações significativas são conjunturas que potenciam a autoestima (Broemer & Blümle, 2003). Esta relação vai ao encontro da confirmação da quinta hipótese deste estudo ficando assinalado a importância dos modelos internos dinâmicos e sua relação com bem-estar psicológico (Georgiou & Meins, 2010),

destacando os pressupostos que foram apontadas por Bowlby ao longo da sua teoria (Bowlby, 1990).

Fora do núcleo de hipóteses surgiu ainda uma relação entre a vinculação e a idade e esta mesma associação é assinalada num trabalho realizado por Merz, Schuengel e Schuelze (2008) ao referirem que o potencial da vinculação na adultícia depende da resiliência, tamanho, natureza relacional e idade do sujeito. Também ficou marcado uma relação entre idade e cuidados parentais e esta noção é encontrada numa investigação realizada por Lewin, Mitchell e Ronzio (2013) quando apontam que a idade exerce uma influência na qualidade do comportamento parental. Finda-se esta averiguação com uma análise entre a idade e a autoestima. Embora não tenham sido encontradas correlações significativas entre as variáveis as mesmas encontram-se conectadas. A investigação tem salientado a importância do conhecimento no que respeita à estabilidade da autoestima ao longo do tempo, sugerindo que há determinado período em que se assiste a uma maior ou menor constância do fator. Para esta noção foram realizados procedimentos estatísticos como o teste-reteste e correlações. Aponta-se que este constructo sofre um aumento com a idade tendo sido identificado em sujeitos adultos uma correlação de (.72) em idades entre os 27 e os 43 anos. Para além desta observação indica-se que a estabilidade da autoestima é menor quando a mesma se estende por longos períodos de tempo, ou seja existe a possibilidade do intervalo de tempo se conjugar com a idade (Trzesniewski, Donnellan, & Robins, 2003; Robins & Trzesniewski, 2005).

Conclusão

A Teoria da Vinculação expôs e tem apresentado um forte reconhecimento científico durante as últimas décadas. Na nossa atualidade refere-se a possibilidade de um indivíduo adulto com uma infância pobre nos cuidados recebidos vir a adquirir uma vinculação com características seguras, perfeccionando-se os modelos dinâmicos internos como alteráveis, no entanto a mudança não é simples e o percurso para determinadas conclusões é longo (Kurth, 2013).

É necessário continuar a trabalhar a componente da vinculação e apostar em mais estudos longitudinais que permitam observar este constructo desde a infância até à idade adulta, mesmo que haja referência a uma forte correspondência entre as classificações da infância e adultícia com cerca de 72% e 77% (Sundin, Wiberg, & Eklöf, 2002). Foi nesta noção de continuidade da vinculação que se procurou integrar dois constructos que estão intimamente relacionados com a vinculação, os cuidados parentais e a autoestima, (Haggerty, Siefert, & Weinberger, 2010; Dykas, Woodhouse, Ehrlich, & Cassidy, 2012; Caron, Lafontaine, Bureau, Levesque, & Johnson, 2012).

O objetivo desta dissertação constou na análise dos constructos acima referenciados na população adulta, verificando-se uma associação entre as variáveis, pois sabe-se da importância da dimensão parental nos modelos internos dinâmicos e sua integração no *self* (Wilson & Durbin, 2013), salientando-se a relevância de uma vinculação primeiramente segura e que inevitavelmente está assente na sensibilidade e responsividade parental, que despojará no indivíduo habilidade e competência interna (Demidenko, Tasca, Kennedy, & Bissada, 2010; Brenning, Soenens, & Braet, 2012).

Conclui-se que sujeitos com vinculação segura associaram-se a relações de vinculação que envolvem proximidade, conforto e confiança, indo ao encontro da noção apresentada por (Canavarro, Dias, & Lima, 2006) espelhando maior autoestima. Por outro lado o grupo inseguro que ficou demarcado por fatores de rejeição e sobreproteção parental e quando comparado com o primeiro apresentou uma menor autoestima. As figuras parentais são fundamentais pois é no seio familiar que o sujeito recebe a valorização interna (Mruk, 2006; Tariq, 2011).

Salienta-se ainda a diferenciação entre o sexo feminino e masculino para a ansiedade, (Gugová, Heretik, & Hajdúk, 2014).

Gostaria ainda de mencionar que a análise estatística permitiu apurar outros resultados que inicialmente não estavam propostos como hipóteses e que poderão ser sugestivos para uma continuidade na investigação.

Embora os resultados apresentem uma relação com a literatura, abordo algumas questões que surgiram como limitações nesta dissertação: a primeira compreende a diferenciação nas percentagens entre homens e mulheres, as últimas surgiram em maioria quando comparadas com o sexo masculino, o que poderá ter inviabilizado alguns resultados. Seria igualmente relevante ter diferenciado os padrões de vinculação em subgrupos para uma análise mais pormenorizada. Uma outra questão corresponde à idade, procurando sujeitos com idades superiores aos 30 anos e nesta posição seria possível investigar a relação conjugal pois sabe-se através da literatura que a vinculação nesta fase do ciclo vital é observada à luz da relação amorosa (Rholes, *et al.*, 2011).

Uma outra componente que poderia ter potenciado este estudo era aplicação e posterior análise de questionários que avaliem a Personalidade (Peterson & Nguyen, 2010), Depressão (Delgado, 2011), Satisfação Sexual (Péloquin, Brassard, Delisle, & Bédard, 2013), Conjugalidade e Separação (Simpson & Rholes, 2010) e consequente relação com a Vinculação. Inclui-se ainda um outro fator que poderia ter promovido neste trabalho que era o estudo da díade pai/filho (Bernier & Miljkovitch 2009) o qual teria permitido compreender a transmissão intergeracional da vinculação.

Apesar destas limitações, ficou demonstrado que a vinculação influencia o *self* e a forma como o sujeito percebe/analisa a acessibilidade e capacidade de resposta do outro (Yárnoz-Yaben & Comino, 2011).

Referências Bibliográficas

- Ainsworth, M. (1992). John Bowlby (1907-1990). *American Psychological Association*, 47(5), p.668.
- Akhter, N., Hanif, R., Tariq, N. & Atta, M. (2011). Parenting Styles as Predictors of Externalizing and Internalizing Behavior Problems among Children. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 26(1), 23-41.
- Ali, M. & Zubair, A. (2011). Parental Attachment, Parental Acceptance and Aggression Among Adolescents. *Pakistan Journal of Psychology*, 42(2), 3-22.
- Arbona, C. & Power, T. G. (2003). Parental Attachment, Self-Esteem, and Antisocial Behaviors among African American, European American, and Mexican American Adolescents. *Journal of Counseling Psychology*, 50(1), 40-51.
- Aviezer, O., Sagi, A. & Van Ijzendoorn, M. (2002). Balancing the family and the collective in raising children: why communal sleeping in kibbutzim was predestined to end. *ProQuest Psychology Journals*, 41(3), 435-454.
- Azevedo, Â. S. & Faria, L. (2004). A Auto-Estima no Ensino Secundário: Validação da Rosenberg Self-Esteem Scale. In C. Macahado, L. Almeida, M. Gonçalves, & V. Ramalho, *X Conferência Internacional: Avaliação Psicológica Formas e Contextos* (pp. 415-421). Braga: Psiquilíbrios Edições.
- Backwith, L., Cohen, S. E. & Hamilton, C. (1999). Maternal Sensitivity During Infancy and Subsequent Life Events Relate to Attachment Representation at Early Adulthood. *Developmental Psychology*, XXXV(3), 693-700.
- Bartholomew, K. & Horowitz, L. M. (1991). Attachment Styles Among Young Adults: A Test of a Four-Category Model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226-244.
- Benson, L. A., Sevier, M., & Christensen, A. (2013). The impact of behavioral couple therapy on attachment in distress couples. *Journal of Marital and Family Therapy*, 39(4), 407-420.

- Benoit, D., & Parker, K. (1994). Stability and transmission of attachment across three generations. *Child Development*, 65, 1444-1456.
- Bernier, A., & Miljkovitch, R. (2009). Intergenerational transmission of Attachment in father-child dyads: The case of single parenthood. *The Journal of Genetic Psychology* 170(1), 31-51.
- Bifulco, A., Lillie, A., Ball, B., & Moran, P. (1988). Entrevista de estilos de vinculação (A.S.I.): *Manual de treino*. (2ª ed.) Royal Holloway: Universidade de Londres.
- Bifulco, A., Moran, P., Ball, C., & Bernazzani, O. (2002). Adult Attachment Style I: Its relationship to clinical depression. *Social Psychiatry & Psychiatric Epidemiology*, 37(2), 50-59.
- Bowlby, J. (1990). *Apego- Volume I da Trilogia Apego e Perda* (2ª ed.). São Paulo- Brasil.: Livraria Martins Fontes Editora LTDA.
- Bowlby, J. (1984). *Apego e Perda - Volume II da Trilogia* (1ª Edição ed.). São Paulo, Brasil: Livraria Martins Fontes Editora, LTDA.
- Bowlby, J. (1958). The Nature of the Child's Tie to his Mother. *International Journal of Psycho-Analysis*(39), 350-373.
- Brenning, K., Soenens, B. & Braet, C. (2012). The role of Parenting and mother- adolescent attachment in the intergenerational similarity of internalizing symptoms. *Journal Youth Adolescence*, 41(6), 802-816.
- Bretherton, I. (1997). Bowlby's Legacy to Developmental Psychology. *Child Psychiatry and Human Development*, 28(1), 33-43.
- Bretherton, I. (1992). The Origins of Attachment Theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, 28(5), 759-775.
- Broemer, P. & Blümle, M. (2003). Self-views in close relationships: The influence of attachment styles. *The British Journal of Social Psychology*, 42(3), 445-460.
- Brzezinska, A. I., & Piotrowski, K. (2013). Identity and markers of adulthood: the relationship between two constructs. *Polish Psychological Bulletin*, 44(3), 254-265.

- Bulanda, R. & Majumdar, D. (2009). Perceived Parent-Child Relations and Adolescent Self-Esteem. *Journal of Child Family Studies*, 18(2), 203-212.
- Canavarro, M., Dias, P., & Lima, V. (2006). A Avaliação da Vinculação do Adulto: Uma revisão crítica a propósito da aplicação da Adult Attachment Scale- R (AAS- R) na população portuguesa. *Psicologia Online*, 20(1), 155-186. Acedido a 10 de fevereiro de 2013 em <http://www.scielo.gpeari.mctes.pt/pdf/psi/v20n1/v20n1a08.pdf>
- Canavarro, M. C. (1999). *Relações Afectivas e Saúde Mental* (1ª ed.). Coimbra: Quarteto.
- Canavarro, M. C. (1996). A avaliação das práticas educativas através do EMBU: estudos psicométricos. *Psychologica*, 16, 5-18.
- Carlson, V. J. & Harwood, R. L. (2003). Attachment, Culture and the Caregiving System: The cultural patterning of everyday experiences among anglo and puerto rican mother-infant pairs. *Infant Mental Health Journal*, 24(1), 53-73.
- Caron, A., Lafontaine, M.-F., Bureau, J.-F., Levesque, C. & Johnson, S. M. (2012). Comparisons of Close Relationships: An Evaluation of Relationship Quality and Patterns of Attachment to Parents, Friends, and Romantic Partners in Young Adults. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 44(4), 245-256.
- Carranza, L. & Kilmann, P. (2000). Links between perceived parent characteristics and attachment variables for young women from intact families. *Adolescence*, 35(138), 295-312.
- Carriço, C. & Paixão, R. (2010). Vinculação, Memórias de Infância e Estilos Defensivos na População Dependente de Substâncias: Estudo Comparativo e Multivariado. *Psychologica*, II(52), 559-584.
- Cassidy, J. (1999). The Nature of Child Ties. In J. Cassidy, & P. Shaver, *Handbook of Attachment: Theory, Research and Clinical Applications* (pp. 3-20). New York: Guilford Press.
- Cast, A. D. & Burke, P. J. (Março de 2002). A Theory of Self-Esteem. *ProQuest Psychology Journals*, 80(3), 1041-1068.

- Coleman, P. & Watson, A. (2000). Infant Attachment as a Dynamic System. *ProQuest Psychology Journals*, 295-313.
- Collins, L., & Read, S. J. (1990). Adult Attachment, Working Models, and Relationship Quality in Dating Couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(4), 644-663.
- Cone, A. M., Schaefer, L. M., Maldonado, C. R., Fitzsimmons, E. E., Harney, M. B., Lawson, M. A. & Smith, R. (2010). Aspects of Self-Concept and Eating Disorder Recovery: What does the sense of self look like an individual recovers from an eating disorder? *Journal of Social and Clinical Psychology*, 29(7), 821-846.
- Crowell, J., & Treboux, D. (1995). A Review of Adult Attachment Measures: Implication for Theory and Research. *Social Development*, 294-327.
- Crowell, J. A., Treboux, D., Gao, Y., Fyffe, C., Pan, H., & Waters, E. (2002). Assessing Secure Base Behavior in Adulthood: Development of a Measure, Links to Adult Attachment Representations, and Relations to Couples Communication and Reports of Relationships. *Developmental Psychology*, 38, 679-693.
- Davila, J. & Levy, K. (2006). Introduction to the Special Section on Attachment Theory and Psychotherapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74(6), 989-993.
- de Haas, M. A., Bakermans-Kranenburg, M. J. & van IJzendoorn, M. H. (1994). The Adult Attachment Interview and questionnaires for attachment style, temperament and memories of parental behavior. *The Journal of Genetic Psychology*, 155(4), 471-486.
- Delgado, A. O. (2011). Apego en la Adolescencia. *Acción Psicológica*, VIII(2), 55-65.
- Demidenko, N., Tasca, G. A., Kennedy, N. & Bissada, H. (2010). The mediating role of self-concept in relationship between attachment insecurity and identity differentiation among women with an eating disorder. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 29(10), 1131-1152.
- Dermitzaki, I. & Efklides, A. (2000). Aspects of self-concept and their relationship to language performance and verbal reasoning ability. *The American Journal of Psychology*, 113(4), 621-637.

- Dewitte, M., De Houwer, J. & Buysse, A. (2008). On the Role of the Implicit Self-Concept in Adult Attachment . *European Journal of Psychological Assessment*, 24(4), 282-289
- Dozier, M. (2000). Motivation for Caregiving from a Ethological Perspective. *Psychological Inquire*, 11(2), 97-100.
- Duclos, G. (2006). *L' estime de soi, un passeport pour la vie*. (1ª ed.). Lisboa, Portugal: Climepsi Editores.
- Dweck, C. (1999). Self-theories: Their role in motivation, personality and developmen. *Psychology Press*.
- Dykas, M. J., Woodhouse, S. S., Ehrlich, K. B. & Cassidy, J. (2012). Attachment- Related Differences in Perceptions of an initial peer interaction emerge over time: evidence of reconstructive memory processes in Adolescents. *Developmental Psychology*, 48(5), 1381-1389.
- Elfhag, K., Tynelius, P. & Rasmussen, F. (2010). Self-Esteem links in families with 12-year-old children and in separated spouses. *The Journal of Psychology*, 144(4), 341-359.
- Faria, L., Pepi, A. & Alesi, M. (2004). Concepções pessoais de inteligência e auto-estima: Que diferenças entre estudantes portugueses e italianos? *Análise Psicológica*, XXII(4), 747-764.
- Feeney, J., & Noller, P. (1990). Attachment Style as a Preditctor of Adult Romantic Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(2), 281-291.
- Ferguson, K., & Xie, B. (2012). Adult Support and Substance Use Among Homeless Youths Who Attend High School. *Child Youth Care Forum*, 41(5), 427-445.
- Figueiredo, B., Pacheco, A., Costa, R. & Magarinho, R. (2006). Qualidade da Vinculação e dos Relacionamentos Significativos na Gravidez. *Psicologia*, XX(1), 65-96.
- Fonagy, P., Steele, H., Moran, G., & Steele, M. H. (1991). The capacity for understanding mental states: the reflective self in parent and child and its significance for security of attachment. *Infant Mental Health Journal*, 13, 200-217.

- Fonseca, M., Soares, I. & Martins, C. (2006). Estilos de Vinculação, Orientação para o Trabalho e Relações Profissionais. *Psicologia*, XX(1), 187-208. Acedido a 12 de fevereiro de 2013 em <http://www.scielo.gpeari.mctes.pt/pdf/psi/v20n1/v20n1a09.pdf>
- Fox, N. A. (1995). Of the Way We Were: Adult Memories About Attachment Experiences and Their Role in Determining Infant- Parent Relationships: A Commentary on van Ijzendoorn (1995). *Psychological Bulletin*, 117(nº 3), 404-410.
- Fraley, C. (2002). Attachment Stability from Infancy to Adulthood: Meta-Analysis and Dynamic Modeling of Developmental Mechanisms. *Personality and Social Psychology Review*, 6(2), 123-151.
- Gecas, V., & Schwalbe, M. L. (1983). *Beyond the Looking-Glass Self: Social Structure and Efficacy-Based Self-Esteem* (Vol. 46). Social Psychology Quarterly.
- George, C. & West, M. (1999). Developmental vs. social personality models of adult attachment and mental ill health. *British Journal of Medical Psychology*, 72(3), 285-303.
- Georgiou, M. & Meins, E. (2010). Relations between Peer Attachment, Self-Esteem, and Perceived Parental Bonding in Greek Cypriot and British Young Adults. *The Cyprus Review*, 22(1), 61-77.
- Griffin, D. & Bartholomew, K. (1994). Models of the Self and Other: Fundamental Dimensions underlying measures of Adult Attachment . *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(3), 430-445.
- Goodvin, R. (2007). Attachment Security, Self Concept, and Self Evaluation in response to feedback: extending the Internal Working Models in early childhood Tese apresentada para a obtenção do grau de PhD, orientada Ross, A, Thompson e Gustavo Carlo. Nebraska. Acedido a 12 de Setembro de 2013 em <http://gradworks.umi.com/32/73/3273471.html>
- Greenberger, E., Chen, C., Dmitrieva, J., & Farruggia, S. (2003). Item-wording and the dimensionality of the Rosenberg Self-Esteem Scale: do they matter? *Personality and Individual Differences*, 35, 1241-1254.

- Goldsmith, H. & Alansky, A. (1987). Maternal and Infant Temperamental Predictors of Attachment: A Meta-Analytic Review. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 5(6), 805-816.
- Gugová, G. R., Heretik, A., & Hajdúk, M. (2014). Psychometric Properties of the Slovak Version of Experiences in Close Relationships-Revisited (ECR-R) on General Adult Sample. *Studia Psychologica*, 1(56), 37-52.
- Haggerty, G. D., Siefert, C. J. & Weinberger, J. (2010). Examining the relationship between current attachment status and freely recalled autobiographical memories of childhood. *Psychoanalytic Psychology*, 27(1), 27-41.
- Hardt, J., Dragan, M. & Schultz, S. E. (2011). Parent-Child Relationships in Poland and Germany: A Retrospective Study. *Psychology*, 2(5), 502-508.
- Harmon-Jone, E., Simon, L., Greenberg, J., Pyszczynski, T., Solomon, S. & McGregor, H. (1997). Terror Management Theory and Self-Esteem : Evidence that increased self-esteem reduces mortality salience effects. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72(1), 24-36.
- Harter, S. (1999). *The Construction of the Self: A developmental Perspective* . Guilford Press.
- Haydon, K., Roisman, G. & Burt, K. (2012). In search of security: The latent structure of the Adult Attachment Interview revised. *Development and Psychopathology*, 24(2), 586-606.
- Hazan, C. & Shaver, P. (1994). Attachment as an Organizational Framework for Research on Close Relationships. *Psychological Inquiry*, 5(1), 1-22.
- Hazan, C. & Shaver, P. (1987). Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511-524.
- Hobfoll, S. & London, P. (1986). The relationship of self-concept and social support to emotional distress among women during war. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 4(2), 189-203.

- Horst, F. C. & Veer, R. (2010). The Ontogeny of an Idea: John Bowlby and Contemporaries on Mother-Child Separation. *History of Psychology*, XIII (1), 25-45.
- Huntsinger, E. & Luecken, L. (2004). Attachment Relationships and Health Behavior: The Mediation Role of Self-Esteem. *Psychology and Health*, 19(4), 515-526.
- Jongenelen, I., Soares, I., Grossmann, K. & Martins, C. (2006). Vinculação em Mães Adolescentes e seus bebés. *Psicologia*, XX(nº1), 11-36.
- Jordan, C., Logel, C., Spencer, S., Zanna, M., Wood, J. & Holmes, J. (2013). Responsive Low Self-Esteem: Low explicit Self-Esteem, Implicit Self-Esteem, and reactions to performance outcomes. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 32(7), 703-732.
- Josephs, R. A., Markus, H., & Tafarodi, R. (1992). Gender and Self-Esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(3), 391-402.
- Justicia, M. D. & Córdoba, I. N. (2006). The Self-Concept of Spanish Young Adults with Retinitis Pigmentosa. *Journal of Visual Impairment & Blindness*, 100(6), 366-370.
- Kavas, A. B. (2009). Self-Esteem and health-risk behaviors among Turkish late adolescents. *ProQuest Psychology Journals*, 187-198.
- Khoshkam, S., Bahrami, F., Ahmadi, S. A., Fatehizade, M. & Etemadi, O. (2012). Attachment Style and Rejection Sensitivity: The Mediating Effect of Self-Esteem and Worry among Iranian college students. *Europe's Journal of Psychology*, 8(3), 363-374.
- Kiff, C., Lengua, L. L. & Zalewski, M. (2011). Nature and Nurturing: Parenting in the context of child temperament. *Clinical Child Family Psychology Review*, 14(3), 251-301.
- Klein, M. H., Wonderlich, S. A. & Crosby, R. (2001). Self-Concept Correlates of the Personality Disorders. *Journal of Personality Disorders*, 15(2), 150-156.
- Kling, K., Hyde, J., Showers, C., & Buswell, B. (1999). Gender differences in self-esteem: a meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 125(4), 470-500.

- Kobak, R., & Sceery, A. (1988). Attachment in late adolescence: working models , affect regulation and representations of self and others. *Child Development*, 59, 135-146.
- Koonce, R. M., Gariépy, J.-L., Propper, C., Sutton, K., Calkins, S., Moore, G. & Cox, M. (2007). Infant and parent factors associated with early maternal sensitivity: A caregiver-attachment systems approach. *Infant Behavior & Development*, 30(1), 114-126.
- Krochek, R., & Mowder, B. A. (2012). Parenting Infants: Relative Importance of Parenting Characteristics and Related Behaviors. *Journal of Early Childhood and Infant Psychology*, 21-34.
- Kurth, W. (2013). Attachment Theory and Psychohistory: Overview. *The Journal of Psychohistory*, 41(1), 14-38.
- Lachowicz-Tabaczek, K. & Sniecińska, J. (2011). Self-concept and self-esteem: How the concept of the self-concept reveals sources and functions of self-esteem. *Polish Psychological Bulletin*, 42(1), 24-35.
- Leonard, N. H., Beauvais, L. L. & Scholl, R. W. (1999). Work Motivation: The Incorporation of Self-Concept-Based Processes. *Human Relations*, 52 (8), 969-997.
- Lewin, A., Mitchell, S., & Ronzio, C. (2013). Developmental differences in Parenting Behavior: comparing adolescents, emerging adult and adult mothers. *Merrill-Palmer Quarterly*, 59(1), 23-49.
- Lynch, M. F. (2013). Attachment, Autonomy and Emotional Reliance: a multilevel model. *ProQuest Psychology Journals*, 301-312.
- Machado, T. S. (2009). Vinculação aos Pais: Retorno às Origens. *Psicologia, Educação e Cultura*, XIII(1), 139-156.
- Maia, J., Ferreira, B., Veríssimo, M., Santos, J. A. & Shin, N. (2008). Auto-conceito e representações da vinculação no período pré-escolar. *Análise Psicológica*, XXVI(3), 423-433.

- Main, M., & Hesse, E. (1990). Parents unresolved traumatic experiences are related to infant disorganized attachment status. In M.T. Greenberg, D. Cicchetti & E.M. Cummings: *Attachment in the preschool years: Theory, research and intervention*, 161-184. Chicago: University of Chicago Press.
- Main, M., Kaplan, N., & Cassidy, A. (1985). Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of representation. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 66-104.
- Marcic, R. & Grum, K. (2011). Gender Differences in Self-Concept and Self-Esteem Components. *Studia Psychologica*, 54(4), 373-384.
- Matos, P., Barbosa, S. & Costa, E. (2001). Avaliação da vinculação amorosa em adolescentes e jovens adultos: Construção de um instrumento e estudos de validação. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*, 11(1), 94-109.
- Maunder, R. G., & Hunter, J. J. (2012). A prototype-based Model of Adult Attachment for Clinicians. *Psychodynamic Psychiatry*, 40(4), 549-574.
- Mayseless, O., Danieli, R. & Sharabany, R. (1996). Adult's Attachment Patterns: Coping with Separations. *Journal of Youth and Adolescence*, 25(5), 667-690.
- McCabe, A., Peterson, C. & Connors, D. (2006). Attachment security and narrative elaboration. *International Journal of Behavioural Development*, 30(5), 8-19.
- Merz, E. M., Schuengel, C., & Schuelze, H. J. (2008). Inter-generational relationships at different ages: an attachment perspective. *Cambridge University Press*, 28, 717-736.
- Morrison, T., Goodlin-Jones, B. & Urquiza, A. (1997). Attachment and Representation of Intimate Relationships in Adulthood. *The Journal of Psychology*, 131(1), 57-71.
- Murray, S. L., Holmes, J. G. & Griffin, D. W. (2000). Self-Esteem and the Quest for Felt Security: How Perceived Regard Regulates Attachment Processes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(3), 478-498.

- Myers, L., & Brewin, C. (1994). Recall of early experience and the repressive coping style. *Journal of Abnormal Psychology*, 288-292.
- Mruk, C. J. (2006). *Self-Esteem, Research, Theory and Practice*. New York: Springer Publishing Company, Inc.
- Najam, N., & Batool, S. (2012). Relationships between perceived parenting style, perceived parental acceptance-rejection (PAR) and perceptions of God among young adults. *Journal of Behavioural Sciences*, 22(1), 83-99.
- Nelson, L., Padilla-Walker, L., Christensen, K., Evans, C. & Carrol, J. (2011). Parenting in Emerging Adulthood: An Examination of Parenting Clusters and Correlates. *Journal Youth Adolescence*, 40(6), 730-743.
- Neves, S. P. & Faria, L. (2009). Auto- Conceito e Auto-Eficácia: Semelhanças, Diferenças, Inter-Relação e Influência no Rendimento Escolar. (E. U. Pessoa, Ed.) *Revista da Faculdade de Ciências Humanas e Sociais*, pp.206-218.
- Nyarko, K. (2012). The influence of peer and parent relationships on adolescents' self-esteem. *Ife Psychologia*, 20(2), 161-167.
- Ozyesil, Z. (Agosto de 2012). The prediction level of Self-Esteem on Humor Style and Positive-Negative Affect. *Psychology*, 3(8), 638-641.
- Parker, J. & Benson, M. (2004). Parent-Adolescents Relations and Adolescent Functioning: Self-Esteem, Substance Abuse, and Delinquency. *ProQuest Psychology Journals*, 39(155), 519-530.
- Patton, W., Bartrum, D., & Creed, P. (2004). Gender differences for optimism self-esteem expectations and goals in predicting career planning and exploration in adolescents. *International Journal for Educational and Vocational Guidance*, 4, 193-209.
- Péloquin, K., Brassard, A., Delisle, G. & Bédard, M.-M. (2013). Integrating Attachment, Caregiving, and Sexual Systems into the understanding of sexual satisfaction. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 45(3), 185-195.

- Péloquin, K., Brassard, A., Lafontaine, M.-F., & Shaver, P. (2013). Sexuality examined through the lens of Attachment Theory: Attachment, Caregiving, and Sexual Satisfaction. *Journal of Sex Research*, 1-16.
- Pervin, L. (1993). Affect and Personality. In M. Lewis, & J. Haviland, *Handbook of Emotions* (pp. 301-311). New York: The Guilford Press.
- Peterson, C. & Nguyen, D. (2010). Parent-Child relationship quality and infantile amnesia in adults. *British Journal of Psychology*, 101(4), 719-737.
- Peterson, C., Smorti, A. & Tani, F. (2008). Parental Influences on earliest memories. *Memory*, 16(6), 569-578.
- Portu-Zapirain, N. (2013). Attachment Relationships with Fathers and Mothers during early childhood. *Scientific Research*, 4(3A), 254-260.
- Rholes, J. A., Campbell, L., Tran, S. & Wilson, C. L. (2003). Adult Attachment, the Transition to Parenthood, and Depressive Symptoms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(6), 1172-1187.
- Rholes, W. S., Kohn, J. L., Martin III, A. M., Simpson, J. A., Wilson, C. L., Tran, S. & Kashy, D. (2011). Attachment Orientations and Depression: A Longitudinal Study of New Parents. *Journal of Personality and Social Psychology*, 100(4), 567-586.
- Roberts, J. E., Gotlib, I. H. & Kassel, J. D. (1996). Adult Attachment Security and Symptoms of Depression: The Mediating Roles of Dysfunctional Attitudes and Low Self-Esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(2), 310-320.
- Roberts, R. & Bengtson, V. (1996). Affective Ties to Parents in Early Adulthood and Self-Esteem across 20 years. *Social Psychology Quarterly*, 59(1), 96-106.
- Roberts, R. & Duong, H. (2013). Obese youths are not more likely to become depressed, but depressed youths are more likely to become obese. *Psychological Medicine*, 43(10), 2143-2151.
- Robins, R., & Trzesniewski, K. (2005). Self-Esteem Development Across the Life Span. *Department of Psychology, Institute of Psychiatry*, 14(3), 158-162.

- Rocha, M., Mota, C. & Matos, P. (2011). Vinculação à mãe e ligação aos pares na adolescência: O papel mediador da auto-estima. *Análise Psicológica*, XXIX(2), 185-200.
- Rodrigues, A., Figueiredo, B., Pacheco, A., Costa, R., Cabeleira, C. & Magarinho, R. (2004). Memória de cuidados na infância, estilo de vinculação e qualidade da relação com pessoas significativas: Estudo com grávidas adolescentes. *Análise Psicológica*, XXII(4), 643-665.
- Romano, A., Negreiros, J., & Martins, T. (2007). Contributos para a validação da Escala de Auto-Estima de Rosenberg numa amostra de adolescentes da Região Interior do Norte do País. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 8(1), 109-116.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton: Princeton University Press.
- Rothbard, J., & Shaver, P. (1994). Continuity of attachment across life span. In M.B.Sperling & N.H.Berman (Eds.) *Attachment in adults: Clinical and developmental perspectives*, 32-40. New York: Guilford.
- Russel-Carroll, J. & Tracey, A. (2011). Intergenerational transmission of reciprocal role procedures, personality integraty and self-esteem in fathers and sons. *The Irish Journal of Psychology*, 32(3-4), 130-143.
- Sable, P. (2008). What is Adult Attachment? *Clinical Social Work Journal*, 36(1) 21-30.
- Salvaterra, M. F. (2011). *Vinculação e Adopção* . Lisboa : Edições Universitárias Lusófonas.
- Salzman, J. P. (1996). Primary Attachment in Female Adolescents: Association with Depression, Self-Esteem, and Maternal Identification. *Psychiatry: ProQuest Psychology Journals*, 59(1), 20-33.
- Sar-el, D., Mikulincer, M., & Doron, G. (2013). Attachment orientations and individual differences in humor. *Journal os Social and Clinical Psychology*, 32(1), 34-53.
- Seskin, L., Feliciano, E., Tippy, G., Yedloutsching, R., Sossin, M. & Yasik, A. (2010). Attachment and Autism: Parental Attachment Representations and Relational

- Behaviors in the Parent-Child Dyad. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 38(7), 949-960.
- Siddiqui, A., Hägglöf, B. & Eisemann, M. (2000). Own memories of upbringing as a determinant of prenatal attachment in expectant women. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 18(1), 67-74.
- Simpson, J. A., & Rholes, S. W. (2010). Attachment and relationships: Milestones and future directions. *Journal of Social and Personal Relationships*, 27(2), 173-180.
- Soares, I. (2006). Contributo da Investigação sobre Vinculação em Portugal. *Psicologia*, 20(1), 5-9. Acedido a 10 de março de 2013 em <http://www.scielo.gpeari.mctes.pt/pdf/psi/v20n1/v20n1a01.pdf>
- Soares, I. (1996). *Representação da Vinculação na Idade Adulta e na Adolescência* (1ª ed.). Braga: Serviço de Publicações, Instituto de Educação e Psicologia - Universidade do Minho.
- Solomon, J., & George, C. (1996). The caregiving system in mothers of infants: a comparison of divorcing and married mothers. *Attachment and Human Development*, 1, 171 - 190.
- Sundin, E., Wiberg, B., & Eklöf, H. (2002). Change and stability of attachment from childhood to early adulthood. *Umea Psychology Reports*, 2, 1-9.
- Svanberg, P. (1998). Attachment, resilience and prevention. *Journal of Mental Health*, 7(6), 543-578.
- Swartz, T., Minzee, K., Mayumi, U., & Mortimer, J. (2011). Safety Nets and Scaffolds: Parental Support in the transition to adulthood. *Journal of Marriage and Family*, 73(2), 414-429.
- Tam, S.F., Tsang, H. W., I.P, Y.C., & Chan, C. S. (2004). Preliminary evidence for the basis of self-concept in Chinese people with mental illness. *Quality of Life Research*(13), 497-508.
- Tani, F., Bonechi, A., Peterson, C. & Smorti, A. (2010). Parental Influences on Memories of Parents and Friends. *The Journal of Genetic Psychology*, 17(4), 300-329.

- Tariq, Q. (2011). Close Friendship and its relationship with self-esteem, anxiety and life satisfaction. *Pakistan Journal of Psychology*, 42(1), 21-34.
- Trzesniewski, K., Donnellan, B., & Robins, R. (2003). Stability of Self-Esteem Across Life Span. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(1), 205-220.
- Tuttle, A. R., Knudson-Martin, C. & Kim, L. (2012). Parenting as Relationship: A Framework for Assessment and Practice. *Family Process*, 51(1), 73-89.
- Van Den Dries, L., Juffer, F., Van Ijzendoorn, M., Bakermans- Kranenburg, M. & Alink, L. (2012). Infant's responsiveness, attachment and indiscriminate friendliness after international adoption from institutions or foster care in China: Application of Emotional Availability Scales to adoptive families. *Development and Psychopathology*, 24(1), 49-64.
- Van Ijzendoorn, M. H. (1995). Adult Attachment Representations, Parental Responsiveness, and Infant Attachment: A Meta-Analysis on the Predictive Validity of the Adult Attachment Interview. *Psychological Bulletin*, 117(3), 387-403.
- Veríssimo, M., & Salvaterra, F. (2006). Modelo Interno Dinâmico da mãe e o comportamento de base segura dos seus filhos num grupo de crianças adoptadas. *Psicologia*, 20(1), 37-50. Acedido a 10 de março de 2013 em <http://www.scielo.gpeari.mctes.pt/pdf/psi/v20n1/v20n1a03.pdf>
- Viera, J., Ávila, M. & Matos, P. (2012). Attachment and Parenting: The Mediating Role of Work-Family Balance in Portuguese Parents of Preschool Children . *Family Relations*, 61(1), 31-50.
- Waters, E., Hamilton, C., & Weinfield. (2000). The Stability of Attachment Security from Infancy to Adolescence and Early Adulthood. *Child Development*, 71(3), 703-706.
- Waters, E., Merrick, S., Treboux, D., Crowell, J., & Albersheim. (2000). Attachment security in infancy and early adulthood: A twenty-year longitudinal study. *Child Development*, 71, 684-689.

- Walsh, J. (2010). Definitions matter: if maternal-fetal relationships are not attachment, what are they? *Archive Womens Mental Health*, 13(5), 449-451.
- Ward, M., & Carlson, E. (1995). Associations among adult attachment representations, maternal sensitivity and infant-mother attachment in a sample of adolescent mothers. *Child Development*, 79, 69-79.
- Weinfield, N., Sroufe, A., Egeland, B. & Carlson, E. (1999). The Nature of Individual Differences in Infant-Caregiver Attachment. In J. Cassidy, & P. Shaver. *Handbook of Attachment: Theory, research and clinical application* (pp. 68-88). New-York: Guilford Press.
- Winnicott, D. (1958). *Playing & Realty* (Vol. 34). (I. J. Psycho-Analysis, Ed.) London: Tavistock Publications .
- Wilson, S. & Durbin, C. E. (2013). Mother-Child and Father-Child Dyadic Interaction: Parental and Child Bids and Responsiveness to each other during early childhood. *Merrill-Palmer Quarterly*, 59(3), 249-279.
- Yang, A., Wang, D., Li, T. & Teng, F. (2008). The Impact of Adult Attachment and Parental Rearing on Subjective Well-Being in Chinese Late Adolescents. *Social Behavior and Personality*, 36(10), 1365-1378.
- Yáñez-Yaben, S., & Comino, P. (Julio de 2011). Assessment of Adult Attachment: Analysis of the convergence between different instruments. *Acción Psicológica*, 8, 67-85.
- Zeanah, C., & Zeanah, P. (1989). Intergenerational transmission of maltreatment: Insights from attachment theory and research. *Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes*, 52(2), 177-196
- Zimmermann, J., Eisemann, M. & Fleck, M. (2008). Is parental rearing an associated factor of quality of life in adulthood? *Quality of Life Research*, 17(2), 249-255.

ANEXOS

Anexo I – Consentimento Informado



Consentimento Informado

Eu, Vânia Filipa Veiga Bento, mestranda em Psicologia Aconselhamento e Psicoterapia pela Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias venho pedir-lhe que participe neste estudo, sobre **Vinculação, Memórias de Cuidados Parentais e Autoestima** e no contexto da minha tese de Mestrado.

O questionário por si realizado possuirá um caráter confidencial e anónimo sendo que o investigador não conseguirá identificar o participante. A sua ação é voluntária e poderá finalizar assim que o desejar.

Demorará entre 10 a 15 minutos a ser preenchido e quando o devolver dar-se-á como finalizado. Toda a informação recolhida será posteriormente armazenada e usada para fins estatísticos.

Obrigada pela sua Participação!

O Participante

Data

____/____/____

Anexo II – Protocolo de Avaliação

Dados Sociodemográficos

1. **Sexo** Masculino ☐

Feminino ☐

2. **Idade** _____ anos.

3. **Habilitações Literárias** Ensino Primário 1º ao 4º ano ☐

Ensino Básico 5º ☐ 6º ☐ 7º ☐ 8º ☐ 9º ☐ Ensino Secundário 10º ☐ 11º ☐ 12º ☐

Ensino Superior Bacharelato ☐ Licenciatura ☐ Mestrado ☐ Doutoramento ☐

4. **Qual a sua Nacionalidade?** _____

5. **Qual a sua Etnia?** Caucasiana ☐ Negra ☐ Oriental ☐

Outra ☐ Qual? _____

6. **Trabalha na atualidade?** Sim ☐ Não ☐

6.1 **Qual a sua profissão?** _____

7. **Qual o seu tipo de Relacionamento atual?** Solteiro ☐ Namoro ☐ Casado ☐

União de Facto ☐ Divorciado ☐ Viúvo ☐

8. **Tem filho (s)?** Sim ☐ Não ☐ **Quanto (s)?** _____ filho (s)

9. **Os seus filhos vivem consigo?** Sim ☐ Não ☐

10. **Qual a sua Religião?** Católica ☐ Protestante ☐ Muçulmana ☐ Budista ☐

Hindu ☐ Sem religião (Ateísmo) ☐ Agnóstico ☐ Outra

☐ Qual? _____

Escala de Vinculação no Adulto

EVA – (M. C. Canavarro, 1995; Versão Portuguesa da *Adult Attachment Scale-R*; Collins & Read, 1990)

Por favor leia com atenção cada uma das afirmações que se seguem e assinale o grau em que cada uma descreve a forma como se sente em relação às relações afectivas que estabelece. Pense em todas as relações (passadas e presentes) e responda de acordo com o que geralmente sente. Se nunca esteve afectivamente envolvido com um parceiro, responda de acordo com o que pensa que sentiria nesse tipo de situação.

	1- Nada característico em mim	2- Pouco característico em mim	3- Característico em mim	4- Muito característico em mim	5- Extremamente característico em mim
1. Estabeleço, com facilidade, relação com as pessoas.					
2. Tenho dificuldade em sentir-me dependente dos outros.					
3. Costumo preocupar-me com a possibilidade dos meus parceiros não gostarem verdadeiramente de mim.					
4. As outras pessoas não se aproximam de mim tanto quanto eu gostaria.					
5. Sinto-me bem dependendo dos outros.					
6. Não me preocupo pelo facto das pessoas se aproximarem muito de mim.					
7. Acho que as pessoas nunca estão presentes quando são necessárias.					
8. Sinto-me de alguma forma desconfortável quando me aproximo das pessoas.					
9. Preocupo-me frequentemente com a possibilidade dos meus parceiros me deixarem.					
10. Quando mostro os meus sentimentos, tenho medo que os outros não sintam o mesmo por mim.					
11. Pergunto frequentemente a mim mesmo se os meus parceiros realmente se importam comigo.					
12. Sinto-me bem quando me relaciono de forma próxima com as pessoas.					
13. Fico incomodado quando alguém se aproxima emocionalmente de mim.					
14. Quando precisar, sinto que posso contar com as pessoas.					
15. Quero aproximar-me das pessoas mas tenho medo de ser magoado(a).					
16. Acho difícil confiar completamente nos outros.					
17. Os meus parceiros desejam frequentemente que eu esteja mais próximo deles do que eu me sinto confortável em estar.					
18- Não tenho a certeza de poder contar com as pessoas quando precisar delas.					

EMBU

(C. Perris, L. Jacobsson; H. Lindström; L. Von Knorring & H. Perris; 1984; Versão Portuguesa
M. C Canavarro, 1996; 1999)

Umea University (Department of Psychiatry & WHO Collaborating Centre for Research and Training in Mental Health);
Groningen University (Department of Psychology); Universidade Técnica de Lisboa (Departamento de Educação Especial e Reabilitação); Universidade de Coimbra, Faculdade de Psicologia (Departamento de Terapêutica do Comportamento).

Memórias de Infância

INSTRUÇÕES: Em seguida serão colocadas algumas questões relativas à sua infância e adolescência.

É importante lembrar-se dos comportamentos dos seus pais em relação a si, tal como os recorda, até ter a idade de 16 anos. Mesmo que às vezes seja difícil lembrar como é que os nossos pais se comportavam em relação a nós, quando éramos crianças e adolescentes, cada um de nós tem certas memórias dos princípios por eles utilizados na nossa educação.

Leia cada questão cuidadosamente e considere qual a resposta que melhor se aplica ao seu caso. Responda separadamente, em relação ao comportamento da sua mãe e do seu pai, colocando, para cada questão, um X num dos quadrados em frente a Pai, para avaliar o comportamento do seu pai e outra num dos quadrados em frente de Mãe, para avaliar o comportamento, da sua mãe.

Por exemplo:

		Não, nunca	Sim, ocasionalmente	Sim, frequentemente	Sim, a maior parte do tempo
Os meus pais eram amáveis comigo	Pai	☐	☐	☒	☐
	Mãe	☐	☒	☐	☐

		Não, nunca	Sim, ocasionalmente	Sim, frequentemente	Sim, a maior parte do tempo
1. Os meus pais eram severos ou zangavam-se comigo sem me explicarem porquê	Pai	☐	☐	☐	☐
	Mãe	☐	☐	☐	☐
2. Os meus pais elogiavam-me	Pai	☐	☐	☐	☐
	Mãe	☐	☐	☐	☐
3. Desejava que os meus pais se preocupassem menos com o que eu fazia	Pai	☐	☐	☐	☐
	Mãe	☐	☐	☐	☐
4. Os meus pais deram-me mais castigos físicos do que eu merecia	Pai	☐	☐	☐	☐
	Mãe	☐	☐	☐	☐
5. Quando chegava a casa tinha de contar tudo o que tinha feito	Pai	☐	☐	☐	☐
	Mãe	☐	☐	☐	☐
6. Os meus pais contribuíam para que a adolescência fosse uma época de aprendizagens importantes, na minha vida	Pai	☐	☐	☐	☐
	Mãe	☐	☐	☐	☐
7. Os meus pais criticavam-me à frente dos outros	Pai	☐	☐	☐	☐
	Mãe	☐	☐	☐	☐
8. Os meus pais proibiam-me de fazer coisas que a outras crianças eram permitidas por terem medo que me pudesse acontecer alguma coisa	Pai	☐	☐	☐	☐
	Mãe	☐	☐	☐	☐

		Não, nunca	Sim, ocasionalmente	Sim, frequentemente	Sim, a maior parte do tempo
9. Os meus pais incentivavam-me a sobressair em tudo o que eu fazia	Pai Mãe	☐	☐	☐	☐
10. Através do seu comportamento, parecendo tristes, por exemplo, os meus pais faziam-me sentir culpado por os tratar mal	Pai Mãe	☐	☐	☐	☐
11. Eu penso que a ansiedade dos meus pais de que alguma coisa me pudesse acontecer era exagerada	Pai Mãe	☐	☐	☐	☐
12. Se as coisas me corressem mal, eu sentia que os meus pais me tentavam confortar e encorajar	Pai Mãe	☐	☐	☐	☐
13. Eu era tratado(a) como a «ovelha ranhosa» ou como o «bode expiatório» da família	Pai Mãe	☐	☐	☐	☐
14. Os meus pais mostravam com gestos e palavras que gostavam de mim	Pai Mãe	☐	☐	☐	☐
15. Eu sentia que os meus pais gostavam mais do(s) meu(s) irmão(s) e/ou irmã(s) do que de mim	Pai Mãe	☐	☐	☐	☐
16. Os meus pais faziam-me sentir vergonha de mim mesmo	Pai Mãe	☐	☐	☐	☐
17. Os meus pais não se preocupavam muito com as minhas saídas	Pai Mãe	☐	☐	☐	☐
18. Sentia que os meus pais interferiam com tudo aquilo que eu fazia	Pai Mãe	☐	☐	☐	☐
19. Sentia que havia ternura, entre mim e os meus pais	Pai Mãe	☐	☐	☐	☐
20. Os meus pais estipulavam limites sobre o que me era permitido e sobre o que não me era permitido fazer, que seguiam rigorosamente	Pai Mãe	☐	☐	☐	☐
21. Os meus pais castigavam-me mesmo por pequenos erros	Pai Mãe	☐	☐	☐	☐
22. Os meus pais é que decidiam sobre como eu me devia vestir ou parecer	Pai Mãe	☐	☐	☐	☐
23. Eu sentia que os meus pais ficavam orgulhosos quando eu era bem sucedido(a) em qualquer coisa na qual me havia empenhado	Pai Mãe	☐	☐	☐	☐

Questionário da Autoestima Global

(Autor: Rosenberg; 1989; Adaptação Portuguesa: Faria, L., 2000)

Segue-se uma lista de informações respeitantes ao modo como se sente acerca de si próprio(a).

À frente de cada uma delas assinale com uma cruz (X), na respectiva coluna, a resposta que mais se lhe adequa.

	6- Concordo Totalmente	5- Concordo	4- Concordo Parcialmente	3- Discordo Parcialmente	2- Discordo	1 – Discordo Totalmente
1.Globalmente estou satisfeito (a) comigo próprio(a).						
2.Por vezes penso que nada valho.´						
3.Sinto que tenho um bom número de qualidades.						
4.Sou capaz de fazer as coisas tão bem como a maioria das outras pessoas.						
5.Sinto que não tenho muito de que me orgulhar.						
6.Por vezes sinto-me de facto um(a) Inútil.						
7.Sinto que sou uma pessoa com valor, pelo menos num plano de igualdade com os outros.						
8.Gostaria de ter mais respeito por mim próprio(a).						
9.Em termos gerais inclino-me a achar que sou um falhado (a).						
10.Adopto uma atitude positiva perante mim próprio(a).						