

SOFIA PINTO DE MAGALHÃES

**ESTILOS DE VINCULAÇÃO NA ADULTEZ EMERGENTE:
QUE RELAÇÃO COM A PARENTALIDADE HELICÓPTERO,
DIFERENCIAÇÃO DO SELF E PERTURBAÇÃO
EMOCIONAL?**

Orientadora docente: Professora Doutora Ana Nazaré Prioste

Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias

Escola de Psicologia e Ciências da Vida

2ºCiclo em Psicologia Clínica e da Saúde

Lisboa

2019

SOFIA PINTO DE MAGALHÃES

**ESTILOS DE VINCULAÇÃO NA ADULTEZ EMERGENTE:
QUE RELAÇÃO COM A PARENTALIDADE HELICÓPTERO,
DIFERENCIAÇÃO DO SELF E PERTURBAÇÃO
EMOCIONAL?**

Projeto de investigação elaborado para a obtenção do grau de mestre em Psicologia Clínica e da Saúde no curso do mestrado de Psicologia Clínica e da Saúde conferido pela Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, no dia 29 de julho de 2019 perante o júri nomeado pelo Despacho Reitoral no 187/2019 com a seguinte composição:

Presidente: Prof.^a Doutora Bárbara Gonzalez

Arguente: Prof.^a Doutora Bárbara Nazaré

Orientadora: Prof.^a Doutora Ana Nazaré Prioste

Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias

Escola de Psicologia e Ciências da Vida

2ºCiclo em Psicologia Clínica e da Saúde

Lisboa

2019

“Conhece todas as teorias, domina todas as técnicas, mas ao tocares uma alma humana, sê apenas outra alma humana”

Carl Jung

Agradecimentos

No final deste capítulo, que durou os últimos cinco anos da minha vida, quero deixar algumas palavras de apreço e gratidão às pessoas e entidades que, para este processo, contribuíram.

Primeiramente, quero agradecer a todo o corpo docente da Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, que me permitiu adquirir competências e saberes neste percurso, de forma a chegar ao momento presente.

Um especial agradecimento à Professora Doutora Ana Prioste, por toda a sua disponibilidade, dedicação e apoio incansável, pela constante partilha de experiências e saberes durante todo o processo de orientação científica deste trabalho... Um grande Obrigado!

A todos os que voluntariamente participaram neste estudo, que concederam o seu tempo e a atenção, sem eles este trabalho não existiria.

A todos os meus colegas, em especial às minhas colegas de curso, Águeda, Florencia, Mónica pelo vosso contributo nas experiências que partilhámos que se tornaram basilares na minha vida, e contribuíram de forma direta ou indireta para o meu enriquecimento académico.

Neste último ano, um obrigado às minhas colegas de seminário de estágio, com quem dividi momentos de preocupação e de alegria, deram o seu apoio incondicional durante esta experiência curricular que ocorreu em paralelo à dissertação. Um obrigado às minhas colegas de seminário de tese, pelo constante incentivo emocional e partilha de experiências assim como de bibliografias.

Aos meus amigos, que sempre tiveram um papel fundamental na minha vida, em especial nesta fase do percurso académico, agradeço toda a sua compreensão e suporte. Ao meu namorado, cujo todo o seu amor, compreensão e ajuda prestada foram cruciais para completar esta fase.

Por último, mas com certeza, não menos importante, à minha família, aos meus irmãos e pai, pela total disponibilidade e apoio instrumental e emocional. Em especial, à minha mãe, a lutadora de todas as batalhas, pelo seu cuidado incansável e encorajamento incondicional, sempre foi meu maior apoio em todas as etapas da minha vida, nesta fase foi Tudo...!

Resumo

A literatura tem realçado a associação entre os estilos de vinculação da infância e os da idade adulta, sugerindo que as relações de vinculação têm implicações no desenvolvimento emocional e social e na emergência de perturbação emocional, ao longo do ciclo de vida. O presente estudo pretendeu: (1) analisar a relação entre as dimensões Ansiedade, Confiança nos outros, Conforto com a proximidade, a Parentalidade helicóptero do pai e da mãe, a Diferenciação do *self* e a Perturbação emocional; (2) identificar os estilos de vinculação, a partir das dimensões Ansiedade, Confiança nos outros e Conforto com a proximidade; e (3) analisar as diferenças entre a Parentalidade helicóptero do pai e da mãe, a Diferenciação do *self* e a Perturbação emocional, em função dos estilos de vinculação identificados. Para este fim, recorreu-se a uma amostra de 259 adultos emergentes ($M = 23.12$, $DP = 3.34$), e foi desenvolvido um estudo transversal. Foram identificados três estilos de vinculação: Preocupado, Evitante e Seguro. Os resultados mostraram que: os adultos emergentes com um estilo de vinculação Preocupado apresentaram níveis mais elevados de Parentalidade helicóptero do pai e da mãe, de Perturbação emocional, e níveis mais baixos de Diferenciação do *self*; o grupo com um estilo de vinculação Seguro apresentou níveis mais baixos de Parentalidade helicóptero do pai e da mãe, de Perturbação emocional, e níveis mais elevados de Diferenciação do *self*. São discutidas as implicações para a prática e para a literatura nas áreas da vinculação, psicologia da família e psicopatologia do desenvolvimento.

Palavras-chave: estilos de vinculação, adultos emergentes, parentalidade helicóptero, diferenciação do *self*, perturbação emocional.

Abstract

Literature has highlighted the association between attachment styles of childhood and adulthood, suggesting that attachment relationships have implications on social and emotional development and on the emergence of emotional distress, throughout life cycle. The present study aimed to: (1) analyze the relationship between dimensions Anxiety, Trust in others, Comfort with closeness, Helicopter parenting of father and mother, Differentiation of self and Emotional distress; (2) identify attachment styles, from the dimensions Anxiety, Trust in others and Comfort with closeness; and (3) analyze the differences between Helicopter parenting of father and mother, Differentiation of self, and Emotional distress, according to the attachment styles identified. To this end, a sample of 259 emergent adults ($M = 23.12$, $SD = 3.34$) was used in order to develop a cross-sectional study. Three attachment styles have been identified: Worried, Avoidant, and Secure. The results showed that: emerging adults with a Worried attachment style showed higher levels of Helicopter parenting of father and mother, Emotional distress, and lower levels of Differentiation of *self*; the group with a Secure attachment style showed lower levels of Helicopter parenting of father and mother, Emotional distress, and higher levels of Differentiation of *self*. The implications for practice and literature in the areas of attachment, family psychology and developmental psychopathology are discussed.

Keywords: attachment styles, emerging adults, helicopter parenting, differentiation of self, emotional distress.

Abreviaturas e Siglas

BSI – Brief Symptom Inventory

DSI-R – Differentiation of Self Inventory- Revised

EVA – Escala de Vinculação do Adulto

HPI – Escala da Parentalidade Helicóptero (Helicopter Parenting Instrument)

SPSS – Statistical Package for Social Sciences

Símbolos

DP – Desvio-Padrão

M – Média

N – Frequência absoluta

% – Percentagem (frequência relativa)

Índice Geral

Introdução	10
Vinculação	11
Adultez emergente e perturbação emocional	14
Diferenciação do <i>self</i>	16
Parentalidade helicóptero.....	16
Contributos da perspetiva ecológica para compreender a relação entre a vinculação, perturbação emocional, diferenciação do <i>self</i> e parentalidade helicóptero	17
O presente estudo	20
Método.....	21
Participantes.....	21
Instrumentos.....	22
Questionário de dados sociodemográficos.....	22
Escala de Vinculação do Adulto.....	22
Inventário de Diferenciação do Self – Revisto.....	23
Escala de Parentalidade Helicóptero-Revista.....	24
Inventário de Sintomas Psicopatológicos.....	25
Procedimentos de recolha de dados.....	25
Procedimentos de análise de dados	26
Resultados	26
Estatística descritiva e análise de correlações.....	26
Identificação e descrição das tipologias de estilos de vinculação identificadas	27
Diferenças na Diferenciação do <i>self</i> , na Parentalidade helicóptero do Pai e da Mãe e na Perturbação emocional, em função dos Estilos de vinculação	28
Discussão	29

Relação entre as dimensões Ansiedade, Confiança nos outros, Conforto com a proximidade, a Parentalidade helicóptero do pai e da mãe, a Diferenciação do self e a Perturbação emocional.....	30
Estilos de vinculação	33
Diferenças na Diferenciação do <i>self</i> , Parentalidade helicóptero e Perturbação emocional, em função dos estilos de vinculação	33
Implicações para a literatura e prática clínica.....	35
Limitações e estudos futuros.....	36
Referências	38
 ANEXOS	 I
Anexo I: Consentimento informado – Adultos emergentes	II

Índice de Quadros

Quadro 1. Estatística Descritiva e Análise das Correlações entre a Ansiedade, a Confiança nos outros, o Conforto com a proximidade, a Parentalidade helicóptero do pai e da mãe, a Diferenciação do self e a Perturbação emocional	27
Quadro 2. Estatística Descritiva dos Grupos definidos pela Análise de Clusters, de acordo com os Estilos de Vinculação propostos por Hazan e Shaver (1987)	28
Quadro 3. Estatística Descritiva da Parentalidade helicóptero do Pai e da Mãe, Diferenciação do self e Perturbação emocional para cada estilo de vinculação identificado	29

Introdução

A vinculação é definida na literatura como a ligação emocional profunda e duradoura que interliga uma pessoa a outra ao longo do tempo e espaço (Ainsworth, 1989; Bowlby, 1969, 1984), que funciona como um sistema relacional privilegiado a partir do qual decorre a aprendizagem e a organização dos significados provenientes do mundo externo (Parkes, Stevenson-Hinde, & Marris, 2004). A literatura é inequívoca ao considerar o papel das relações de vinculação precoces na estruturação da personalidade, funcionamento interpessoal (Davila & Levy, 2006; Mota & Rocha, 2012; Papalia & Feldman, 2013) e nas relações estabelecidas na vida adulta (Rutter, 1981; Weiss, 1991). Alguns autores têm salientado a generalização das experiências de vinculação, já que os comportamentos associados à vinculação na infância (e.g., desejo de proximidade à figura de vinculação em situações de *stress*; conforto com a presença; ansiedade face à inacessibilidade da figura; resposta de luto em situação de perda) também se evidenciam nas relações da idade adulta (Canavarro, 2006; Weiss, 1991).

A maioria dos trabalhos tem focado a importância da vinculação na infância, na adolescência e adultez (e.g., Ainsworth & Bowlby, 1991; Brazelton & Cramer, 1993; Feeney, 2008; Gleeson, & Fitzgerald, 2014; Kerns & Brumariu, 2014; Levine & Heller, 2010; Madigan et al., 2013; Parkes et al., 2004; Zhao et al., 2015), sendo que o papel da vinculação no ajustamento individual na adultez emergente não tem sido suficientemente explorado, no contexto nacional. Torna-se, assim, particularmente relevante o estudo da vinculação nesta etapa específica, considerando que uma das suas tarefas desenvolvimentais se centra no desenvolvimento da autonomia, como resultado dos processos de separação-individuação que operam, gradualmente, desde a infância (Parkes et al., 2004). Neste contexto, há que considerar a tendência para o prolongamento da permanência dos filhos em casa dos pais, verificada principalmente nos países do sul da Europa, nos quais os incentivos à autonomização da família são escassos (Brandão, Saraiva, & Matos, 2012). Alguns autores consideram que a manutenção do ‘ninho cheio’ (Carter & McGoldrick, 1995; Vieira & Rava, 2012) não tem um carácter disfuncional, já que não coloca em causa a condição adulta dos filhos e permite-lhes uma transição progressiva para a idade adulta (Kublikowsky & Rodrigues, 2016). “Contudo, outros autores referem que este prolongamento mantém a dependência do adulto em relação à família, o que dificulta a assunção de compromissos

sociais e relacionais, perpetuando a condição de ‘adolescentes’ (Jablonski & Martino, 2013; Vieira & Rava, 2012).

A relevância da vinculação no processo de diferenciação do *self* e na parentalidade helicóptero na adultez emergente, decorre de vários aspetos. A geração de adultos emergentes atuais tem sido descrita como a mais protegida pelos pais (LeMoyne & Buchanan, 2011)¹. De um ponto de vista social, é esperado que os pais se envolvam ativamente na vida dos filhos e monitorizem continuamente o seu comportamento (Bernstein & Triger, 2011; Segrin et al., 2012), através do uso das novas tecnologias, por exemplo, o telefone e redes sociais (Kantrowitz & Tyre, 2006). Diversos estudos internacionais têm analisado as repercussões de comportamentos parentais excessivos e inadequados à etapa desenvolvimental dos filhos (i.e., parentalidade helicóptero) no ajustamento psicológico e na perceção de capacidade, competência e autoeficácia na adultez emergente (Bradley-Geist & Olson-Buchanan, 2014; Darlow, Norvilitis, & Schuetze, 2017; Kins, Soenens, & Beyers, 2011; Kwon, Yoo, & Bingham, 2016; Reed et al., 2016; Schiffrin et al., 2013; van Ingen et al., 2015). Este tipo de comportamentos parentais excessivos não permite que os filhos desenvolvam responsabilidade sob as suas escolhas e se tornem autónomos e diferenciados da sua família de origem (Cline & Fay, 2006; Odenweller, Booth-Butterfield, & Weber, 2014; Padilla-Walker & Nelson, 2012; Somers & Settle, 2010).

Consideramos, assim, que a análise do processo de diferenciação do *self*, da perturbação emocional e da parentalidade helicóptero na adultez emergente poderá ser compreendida mais aprofundadamente, através do papel da vinculação. Atendendo à pertinência deste tópico, parece-nos relevante identificar estilos de vinculação, a partir das dimensões Ansiedade, Conforto com a proximidade e Confiança nos outros, e perceber de que forma estas se relacionam com a Perturbação emocional, Diferenciação do *self* e a Parentalidade helicóptero na adultez emergente.

Vinculação

Bowlby (1969, 1984) defendeu a existência de um sistema psicobiológico inato (sistema comportamental de vinculação) que motiva a procura da proximidade de uma figura

¹ A proteção excessiva tende a iniciar-se em fases precoces do desenvolvimento. Por exemplo, nas décadas anteriores, os filhos andavam de bicicleta e brincavam com amigos na rua, fora do campo de visão dos pais (Kantrowitz & Tyre, 2006); atualmente andam de bicicleta sob uma acentuada supervisão parental e vivem em casas “à prova de crianças” (Strauss, 2006).

de vinculação percecionada como mais competente. Bowlby (1969, 1984) e Ainsworth (1989) caracterizaram a relação de vinculação através: (1) da sua persistência no tempo; (2) do envolvimento de uma figura específica considerada insubstituível e emocionalmente significativa; (3) do desejo em manter a proximidade ou contacto com esta figura, utilizando-a como ‘base segura’ para explorar os contextos e experiências não familiares; (4) do protesto como manifestação de sentimento de *distress*, quando é separada involuntariamente da figura de vinculação, e tentativa de evitar a separação; e (5) da procura de conforto na figura de vinculação, em situações percecionadas como ameaçadoras ou alarmantes (Cassidy & Shaver, 2016; Sigelman & Rider, 2018; Wallin, 2007).

A partir dos estudos iniciais da vinculação conduzidos com base na interação entre a criança e a figura de vinculação, (1) Bowlby (1969, 1984) descreveu o fenómeno da ‘privação materna’²; (2) Ainsworth e colaboradores (1978)³ identificaram três padrões: seguro⁴, inseguro evitante⁵, inseguro ambivalente⁶; (3) e, posteriormente, Main e Solomon (1986) acrescentaram um quarto padrão – o desorganizado⁷. A relação entre a criança e a figura de vinculação, e a responsividade desta às necessidades da criança são centrais para o funcionamento e desenvolvimento de competências emocionais, sociais e cognitivas, ao longo do ciclo de vida (Ainsworth, 1989; Canavarro, Dias, & Lima, 2006; Cassidy & Shaver, 2016; Papalia & Feldman, 2013). Com efeito, a evidência empírica (e.g., Simpson et al., 2007) corrobora os pressupostos de Bowlby (1969, 1984) e Ainsworth e colaboradores (1989) de que a vinculação estabelecida na infância tem implicações significativas a longo-prazo em termos das relações íntimas estabelecidas e do desenvolvimento e manutenção de psicopatologia (Cassidy & Shaver, 2016; Feeney & Noller, 1990). Esta relação é explicada

² Com base na observação de crianças nascidas na fase após a Segunda Guerra Mundial, Bowlby (1969, 1984) descreveu o fenómeno da ‘privação materna’, sugerindo que a ausência de mãe, quer física ou mental, durante o período de formação da vinculação, poderia despoletar sintomatologia ansiosa ou depressiva.

³ A investigação de Mary Ainsworth e colaboradores (1978) baseou-se num estudo empírico designado de ‘Situação Estranha’, no qual foi analisado o comportamento de 111 crianças, entre os três e os seis anos de idade, quando eram deixadas sozinhas numa sala com uma pessoa desconhecida, e depois quando se reuniam novamente com os seus pais. A categoria da vinculação era determinada pelo comportamento da criança durante a ausência e o retorno do cuidador (Papalia & Feldman, 2013).

⁴ A criança pode chorar ou protestar quando o cuidador se ausenta, mas é capaz de obter conforto, rápida e eficazmente, demonstrando flexibilidade e resiliência perante situações de stresse.

⁵ A criança não se mostra afetada pela ausência ou retorno do cuidador.

⁶ A criança mostra-se ansiosa mesmo antes de se ausentar o cuidador, revela elevado *distress* quando este sai e no seu retorno, procura o seu contacto mas, simultaneamente, dá pontapés e faz fuga.

⁷ A criança aparenta não ter uma estratégia coesa para lidar com o stresse e, em vez disso, apresenta comportamentos contraditórios, repetitivos ou mal direccionados, pode ser o caso de procurar intimidade junto de desconhecidos e não da mãe.

através do desenvolvimento de modelos internos dinâmicos (i.e., representações mentais dinâmicas e relacionais representativas da internalização das experiências com os cuidadores e das expectativas em relação à sua acessibilidade e responsividade) sobre o *self* e os outros, que persistiriam até à idade adulta (Sroufe, 2005; Kobak & Zajac, 2011). De acordo com Bowlby (1970), estes modelos guiam as expectativas em relação às relações futuras (Gleeson, & Fitzgerald, 2014; Mota & Rocha, 2012) e, como são dinâmicos, adaptam-se às mudanças desenvolvimentais e a novas experiências relacionais (Crowell, Treboux, & Waters, 2002; Shaver & Mikulincer, 2002; Waters, Hamilton, & Weinfield, 2000). Deste modo, Bretherton (1985) considera que estes modelos são passíveis de revisão, viabilizando a sua reformulação, conforme a experientiação de relações reparadoras positivas ou de experiências traumáticas, ao longo do ciclo de vida.

Assim, as crianças com uma vinculação segura (i.e., com uma representação positiva de si próprias e dos outros), desenvolvem modelos de funcionamento internos positivos (e seguros) e as crianças com uma vinculação insegura (i.e., com uma representação negativa de si próprias e dos outros), percecionam-se como não meredoras de afeto, apoio e confiança (Canavarro, Dias, & Lima, 2006; Cassidy & Shaver, 2016; Sigelman & Rider, 2018) desenvolvendo modelos de funcionamento interno mais inseguros.

Por exemplo, trabalhos de Bristow (2014) e Cassidy e Shaver (2016) mostram que a vinculação insegura na infância constitui um risco significativo para o desenvolvimento de psicopatologia na idade adulta. Por sua vez, a uma vinculação segura na infância está associada: maior capacidade de regulação emocional e utilização de estratégias de *coping* mais adequadas (Kochanska, 2001), menor conflituosidade na vida interpessoal (Hoffman, Cooper, & Powell, 2017), maior facilidade no estabelecimento de amizades íntimas na adolescência e relacionamentos íntimos emocionalmente positivos no início da idade adulta (Simpson et al., 2007; McCarthy & Maughan, 2010; Mikulincer et al., 2002) e níveis mais baixos de perturbações emocionais e comportamentais (Sigelman & Rider, 2018), como é o caso de perturbações de internalização (McLaughlin et al., 2012).”

Hazan e Shaver (1987), pioneiros no estudo da vinculação do adulto, realizaram um estudo com 620 adultos, com o intuito de analisar a associação entre os estilos de vinculação da infância e os da adultez. Com base na proposta de Ainsworth e colaboradores (1978), Hazan e Shaver (1987) identificaram três padrões de vinculação que surgiriam na infância e permaneceriam até à idade adulta: (1) seguro, descreve um grupo de pessoas que sente

conforto com a proximidade, é capaz de estabelecer relações de confiança e não sente receio em ser abandonado; (2) inseguro evitante (Evitante), descreve um grupo de pessoas que não se sente confortável com a proximidade, não confia nos outros e não sente especial receio em ser abandonado; e (3) inseguro ansioso/ambivalente (Preocupado) – a relação primordial foi marcada por ambivalência logo não se sente confortável com a proximidade, não confia nos outros e sente elevado receio da possibilidade em ser abandonado. De referir também o contributo dos trabalhos de Bartholomew e Horowitz (1991) para o estabelecimento da relação entre a vinculação na infância e na adultez (Feeney, 2008). Especificamente, Bartholomew e Horowitz (1991) desenvolveram um modelo bidimensional que integra quatro categorias de vinculação na adultez – seguro, preocupado, desinvestido e amedrontado. Este modelo baseia-se nos modelos internos dinâmicos do *self* e dos outros (positivos ou negativos) (Canavarro, Dias, & Lima, 2006).

Sabemos que a autonomização e o desenvolvimento de um percurso diferenciado e centrífugo em relação à família de origem são processos fulcrais na adultez emergente (Beyers et al., 2003; Furstenberg, 2015). Apesar disso, os pais continuam a funcionar como figuras de vinculação e o sistema de vinculação dos filhos adultos emergentes é igualmente ativado em situações percebidas como ameaçadoras (Rosenthal & Kobak, 2010). Neste contexto, destaca-se a relevância do papel familiar, na medida em que, os pais ao auxiliarem os filhos a equilibrar a necessidade de autonomia com a de manutenção da conexão com a família, proporcionam um ambiente adequado para a transição para a adultez (Gavazzi, Anderson, & Sabatelli, 1993). Para tal, é esperado que ocorram mudanças nas dinâmicas entre pais e filhos (e.g., menor hierarquia relacional) (Fiorini, Müller, & Bolze, 2018). Importa, então, sistematizar as características individuais e familiares centrais desta etapa desenvolvimental.

Adultez emergente e perturbação emocional

As mudanças históricas e sociais decorrentes da Segunda Guerra Mundial contribuíram para o aumento da exigência e especialização no contexto laboral, tendo-se verificado um aumento de ingressos no ensino superior e, conseqüentemente, o adiamento no casamento e da parentalidade (Sigelman & Rider, 2018). A tendência para o adiamento na assunção de papéis e tarefas da idade adulta, nomeadamente, a aceitação da responsabilidade por si próprio, tomada de decisões independentes, independência financeira, estabilidade

laboral, saída da casa dos pais, desenvolvimento de relacionamentos afetivos de longa duração, casamentos e filiação (Arnett, 2004; DelCampo et al., 2011; Papalia & Feldman, 2013; Roisman et al., 2004; Schulenberg et al., 2005; Sigelman & Rider, 2018), contribuiu para a definição de uma nova etapa do ciclo de vida – a adultez emergente (Arnett, 2000, 2004, 2015). Neste período desenvolvimental que decorre entre o fim da adolescência e o início da idade adulta (i.e., entre os 18 e os 25/29 anos) são vivenciados um conjunto de processos psicológicos específicos e experienciadas várias tarefas desenvolvimentais, através de um processo de autonomização psicológica e social, que culmina com o estatuto social de adulto (Andrade, 2016).

Arnett (2004) considera que a adultez emergente envolve os seguintes processos psicológicos: (a) exploração identitária, ou seja, experimentação em diversas áreas (e.g., relações amorosas, contexto laboral); (b) instabilidade, isto é, as explorações e escolhas comuns nesta etapa tornam-na intensa e diversa, mas instável; (c) sentimento de ambiguidade (*in-between*), que reflete a ambivalência que os adultos emergentes sentem pelo facto de já não serem adolescentes, mas também ainda não serem adultos; (d) autocentração, com a acentuação do foco nas suas necessidades pessoais; e (e) exploração de possibilidades, já que este é um período em que coexistem várias hipóteses de projetos futuros. Em termos de tarefas desenvolvimentais, a adultez emergente envolve tarefas que decorrem a um nível intrapsíquico (Tanner, 2006): (1) no contexto individual, salienta-se a construção e consolidação identitária (Andrade, 2016; Arnett, 2004); (2) no contexto familiar, realça-se o jogo entre a separação-individuação e a autonomia. A separação psicológica das figuras parentais refere-se ao distanciamento emocional dos pais, para que seja possível desenvolver o *self* e a autonomia (Blos, 1979; Côté & Schwartz, 2002; Rutter, 1971), enquanto capacidade para tomar decisões independentes e para gerir as tarefas diárias sem dependência excessiva de outras pessoas (Sigelman & Rider, 2018).

O insucesso na realização destas tarefas desenvolvimentais poderá traduzir-se no desenvolvimento de quadros psicopatológicos e de perturbação emocional (i.e., *distress* psicológico), em consonância com a perspetiva da Psicopatologia do Desenvolvimento (Cicchetti & Cohen, 2006; Soares, 2000). E, de facto, a literatura realça a elevada incidência de comportamentos de risco e perturbações mentais (e.g., perturbações depressivas e ansiosas) nesta etapa desenvolvimental (Eberhart & Hammen, 2010; Kessler et al., 2010).

Diferenciação do *self*

O processo de autonomização da família, enquanto tarefa desenvolvimental da adultez emergente (Andrade, 2016; Blos, 1979; Côté & Schwartz, 2002; Erikson, 1968; Papalia & Feldman, 2013; Rutter, 1971) e as perturbações emocionais (Murdock & Gole, 2004; Peleg-Popko, 2005; Skowron, 2004; Skowron, Wester, & Azen, 2004) têm sido associados à diferenciação do *self*. Sendo um dos conceitos centrais da teoria dos sistemas familiares de Bowen (1978), a diferenciação do *self* é um processo dinâmico e evolutivo caracterizado pela integração do equilíbrio entre as capacidades dos sistemas emocional e intelectual (nível intrapessoal) e a gestão entre níveis adequados de autonomia e de intimidade relacional (nível interpessoal). Bowen (1978) considera que, pessoas com níveis elevados de diferenciação do *self*, têm maior capacidade de distinguir os processos emocionais dos intelectuais, de regular emoções, lidar com a incerteza/ambiguidade e se manterem calmos em relações íntimas (Skowron & Friedlander, 1998); não experienciam medo de abandono e/ou de fusão, pelo facto de conseguirem manter níveis adequados de autonomia e um sentido sólido do *self* (Skowron & Friedlander, 1998). Nas pessoas com níveis mais baixos de diferenciação, verifica-se uma maior reatividade emocional, dificuldade na regulação emocional (Kerr, 1981) e níveis mais elevados de *distress* (Skowron & Friedlander, 1998).

A evidência empírica tem suportado estes pressupostos, mostrando que a diferenciação do *self* está negativamente associada ao *stress* (Peleg-Popko, 2002), à sintomatologia ansiosa e depressiva, e ao abuso de substâncias psicoativas (Chung & Gale, 2006; Drake et al., 2015; Jankowski & Hooper, 2012; Johnson, Buboltz, & Seeman, 2003; Murdock & Gore, 2004).

Parentalidade helicóptero

O conceito de parentalidade helicóptero surgiu recentemente e engloba comportamentos com níveis elevados de envolvimento, proteção, controlo e atenção dada aos filhos, que não são adequados à etapa desenvolvimental em que estes se encontram (Segrin et al., 2012; Rainey, 2006). Perante a perceção do filho como vulnerável (Darlow et al., 2017), o envolvimento parental excessivo pode iniciar-se na infância e manter-se ao longo das etapas desenvolvimentais subsequentes, continuando a manifestar-se na adultez emergente (Lee & Kang, 2018).

Os pais helicóptero pairam em torno dos filhos, impedindo-os de vivenciar um conjunto de experiências e desafios relevantes para o desenvolvimento da sua independência.

Bristow (2014) refere-se aos filhos com pais helicóptero como ‘de algodão’ (*‘cotton wool kids’*), considerando o contexto parental sobreprotegido em que se desenvolvem (e.g., pais que tendem a comunicar frequentemente com e por eles, que intervêm nos seus medos, que tomam decisões por eles, e que eliminam os obstáculos e as barreiras que teriam de enfrentar) (LeMoyne & Buchanan, 2011; Padilla-Walker & Nelson, 2012; Segrin et al., 2012).

A literatura tem evidenciado um paradoxo relativo a este tipo de comportamentos parentais excessivos. Embora tenham o intuito de proteger os ‘filhos de algodão’ de potenciais resultados negativos e assegurar o seu sucesso, estão associados a resultados desenvolvimentais negativos (Willoughby et al., 2015; Segrin et al., 2012), em termos do ajustamento académico (Luyckx et al., 2007), do desenvolvimento emocional e social, e do ajustamento psicológico (Darlow et al., 2017; Sharma & Sarna, 2018). De uma forma mais específica, vários estudos têm mostrado que, níveis elevados de comportamentos parentais de helicóptero estão associados níveis baixos de satisfação familiar (Segrin et al., 2012), níveis baixos de autoeficácia (Bradley-Geist & Olson Buchanan, 2014; Darlow et al., 2017; Givertz & Segrin, 2014; van Ingen et al., 2015), traços de personalidade desadaptativos (e.g., narcisismo) (Locke, Campbell, & Kavanagh, 2012), níveis baixos de bem-estar psicológico (LeMoyne & Buchanan, 2011) e níveis elevados de *distress* psicológico (e.g., ansiedade e depressão) (Reilly & Semkovska, 2018; Segrin et al., 2013; Schiffrin et al. 2013). Estas associações têm sido interpretadas através da interferência dos comportamentos parentais excessivos no desenvolvimento da sua confiança e competência dos filhos, considerando que o comportamento dos pais transmite a mensagem de que não acreditam nas capacidades do filho (Willoughby et al., 2015; Schiffrin et al., 2013).

Contributos da perspetiva ecológica para compreender a relação entre a vinculação, perturbação emocional, diferenciação do self e parentalidade helicóptero

Tendo por base o Modelo Ecológico de Desenvolvimento Humano (Bronfenbrenner, 1986), sistematizaremos um conjunto de fatores relacionados com a vinculação, parentalidade helicóptero, diferenciação do self e perturbação emocional, a diferentes níveis ecossistémicos para clarificar os pressupostos de base para este trabalho. Ao nível macrossistémico, realça-se a influência dos processos sociais (e.g., fatores sociais, económicos, políticos e culturais) e geracionais (i.e., *Millennials*) nas perturbações emocionais, no processo de diferenciação do self e na parentalidade helicóptero. A ausência ou escassez de medidas sociais de apoio à

independência dos adultos emergentes portugueses atrasa o processo de autonomização e o prolongamento na transição para a idade adulta resultantes (Andrade, 2016; Comazzetto et al., 2016; Mendonça et al., 2009), podendo repercutir-se no ajustamento psicológico dos adultos emergentes. Para além disso, há que considerar que a longevidade dos percursos educativos e a entrada tardia no mercado de trabalho, que mantém a dependência financeira da família e propicia o prolongamento da coabitação com esta (Brandão et al., 2012; Mendonça et al., 2009) podem dificultar o processo de autonomização e de diferenciação do *self* e contribuir para a manutenção de uma parentalidade inadequada nesta etapa desenvolvimental dos filhos (Borges, Portugal, Magalhães, Sotero, Lamela, & Prioste, in press). Há ainda que considerar o impacto das crenças e valores sociais atuais na geração *Millenium* (Howe & Strauss, 2000), descrita como a mais protegida pelos pais (LeMoyné & Buchanan, 2011; Howe & Strauss, 2000). Neste sentido, a literatura tem salientado o foco social excessivo atribuído ao papel parental e o seu impacto na emergência da parentalidade excessiva (Bristow, 2014), com o envolvimento parental cada vez mais ativo na vida dos filhos (Segrin et al., 2012).

De um ponto de vista microssistémico, releva-se o papel da família essencial para o desenvolvimento humano (Alarcão & Gaspar, 2007). A individuação e a socialização são duas funções centrais da família relevantes nesta etapa desenvolvimental. Assim, importa considerar que as diversas tarefas e processos psicológicos (Arnett, 2004) e as mudanças que ocorrem na família e na parentalidade, podem contribuir para a emergência de perturbações emocionais no decorrer da adultez emergente. Leondari e Kiosseoglou (2000) realçam o facto de que a ausência de sentimentos de ansiedade relativamente ao processo de separação psicológica das figuras parentais, associada a estilos de vinculação segura, é um fator relevante para o sucesso da realização das tarefas desenvolvimentais. Importa também considerar que a autocentração, autonomia e independência são características desta etapa (Arnett, 2004; DelCampo et al., 2011; Padilla-Walker & Nelson, 2012) e suscitam mudanças nas dinâmicas relacionais entre pais e filhos (Willoughby et al., 2015). Estas conduzem a (re)negociações de diversas dinâmicas relacionais na família e na parentalidade (Bueno et al., 2013), sendo esperado que as relações entre pais e filhos se tornem mais horizontais e menos verticais, com o aumento dos níveis de apoio e diminuição da hierarquia (Fiorini et al., 2018).

Sabemos também que, por um lado, as relações familiares com níveis elevados de fusão e de emaranhamento dificultam a diferenciação do *self* e o processo de individuação e autonomização (Bowen, 1978; Fiorini et al., 2018; Prioste, Tavares, & Magalhães, 2019),

estando associados a níveis mais baixos de ajustamento psicológico (Boszormenyi & Krasner, 1986). Por outro lado, níveis elevados de parentalidade helicóptero estão associados a níveis baixos de bem-estar psicológico (Darlow et al., 2017; Spokas & Heimberg, 2009) o que dificulta a transição para a idade adulta (Padilla-Walker & Nelson, 2012; Ungar, 2009)

O cronossistema é um contexto transversal aos outros e refere-se à dimensão temporal. Parece-nos que, neste contexto, importa focar as relações de vinculação, os modelos internos dinâmicos que se desenvolvem no contexto destas relações e o impacto que têm ao longo de todo o processo de desenvolvimento. A noção de *self* desenvolve-se implícita e não conscientemente, de acordo com as respostas da figura de vinculação às necessidades precoces (Hoffman et al., 2017; Sigelman & Rider, 2018). O estabelecimento de uma vinculação segura afigura-se como um elemento essencial para a formação do *self* e, posteriormente, para o processo de separação e diferenciação (Hoffman et al., 2017). Assim, considerando a relevância da qualidade da relação com as figuras de vinculação primárias no processo de separação-individuação, Mota e Rocha (2012) referem que a internalização de modelos de vinculação seguros é um fator promotor do processo de autonomização na adultez emergente e a manutenção desta base segura possibilita uma exploração adequada do *self* e dos contextos em que estão integrados. O estilo de vinculação segura, sendo um fator protetor das trajetórias desenvolvimentais (Bristow, 2014), contribui para o sucesso na resolução das tarefas desenvolvimentais da adultez emergente (Seiffe-Krenke, 2006), estando associado a maior capacidade de resiliência (Cassidy & Shaver, 2016) e níveis mais elevados de bem-estar, saúde física e mental na vida adulta (Bristow, 2014; Hoyt et al., 2012; O'Connor et al., 2017). Por outro lado, a literatura indica que os adultos emergentes que desenvolveram modelos de funcionamento interno inseguros apresentam maior risco em desenvolver perturbações emocionais (Cassidy & Shaver, 2016; Sigelman & Rider, 2018). Estudos prévios mostraram uma associação entre a vinculação evitante e o uso de estratégias de *coping* de evitamento comportamental ou cognitivo, de negação do *stress*, (Feeney, 1998; Marshall, Serran, & Cortoni, 2000) e mais focalizadas na emoção (Mikulincer & Shaver, 2007).

Por último, há ainda que considerar a associação entre as relações de vinculação e a parentalidade. Sabemos que, na adultez emergente, a autonomia e o ajustamento psicológico estão também associados aos comportamentos parentais. A literatura sugere que estes processos são facilitados quando os pais reforçam consistentemente um conjunto de regras adequadas à etapa desenvolvimental, envolvem os filhos em processos de tomada de decisão e

reconhecem a necessidade de maior autonomia e menor controlo parental dos filhos e, simultaneamente, mantêm-se afetuosos, apoiantes e envolvidos nas suas vidas (Cline & Fay, 2006; Holden, 2010; Lamb & Lewis, 2015; Lamborn et al., 1991; Longmore et al., 2013). Neste sentido, reforça-se a complementaridade e *interdependência* dos processos de vinculação e de autonomização (Matos & Costa, 1996), considerando que os contextos familiares e parentais caracterizados por segurança e um nível de proximidade emocional adequado permitem o desenvolvimento da autonomia.

O presente estudo

Atendendo à literatura revista e ao papel da vinculação no desenvolvimento emocional, social e cognitivo ao longo do ciclo vital (Ainsworth & Bowlby, 1991; Bristow, 2014; Cassidy & Shaver, 2016; Hazan & Shaver, 1987; Kail & Cavanuagh, 2016; Lane & Fink, 2015; Papalia & Feldman, 2013; Sharma & Sarna, 2018), pressupõe-se que os estilos de vinculação se relacionam diferentemente com um conjunto de variáveis individuais e parentais na adultez emergente. Tal como foi referido previamente, a associação entre os estilos de vinculação, a parentalidade helicóptero, a diferenciação do *self* e a perturbação emocional na adultez emergente permanece ainda relativamente inexplorada. Para além disso, a partir da revisão de literatura descrita, foi identificado um conjunto de problemas a que pretendemos dar resposta neste trabalho, nomeadamente, o facto da maioria dos estudos analisar o papel da vinculação na infância, na adolescência e na adultez e a escassez de trabalhos focados na parentalidade helicóptero em Portugal.

Assim, este trabalho recorrerá a uma amostra de adultos emergentes com idades compreendidas entre os 18 e os 30 anos para: (1) analisar a relação entre as dimensões Ansiedade, Confiança nos outros, Conforto com a proximidade, a Parentalidade helicóptero do pai e da mãe, a Diferenciação do *self* e a Perturbação emocional; (2) identificar os estilos de vinculação, a partir das dimensões Ansiedade, Confiança nos outros e Conforto com a proximidade, segundo as classificações teóricas propostas por Hazen e Shaver (1987); (3) analisar as diferenças entre a Diferenciação do *self*, a Parentalidade helicóptero do pai e da mãe e a Perturbação emocional, em função dos estilos de vinculação identificados.

Considerando a literatura que mostra que, a níveis mais elevados de Parentalidade helicóptero estão associados níveis mais elevados de sintomatologia psicopatológica (e.g., Darlow et al., 2017; Reed et al., 2016; Reilly & Semkovska, 2018; Sharma & Sarna, 2018;

Segrin et al., 2013; Schiffrin et al. 2013), espera-se que a Parentalidade helicóptero da mãe e do pai se associem positivamente à Perturbação emocional. Como a evidência empírica mostra que as pessoas com um nível mais baixo de diferenciação do *self* apresentam níveis mais elevados de *distress* e de sintomas psicopatológicos (Chung & Gale, 2006; Drake et al., 2015; Jankowski & Hooper, 2012; Peleg-Popko, 2002; Skowron & Friedlander, 1998), espera-se encontrar uma associação negativa entre a Diferenciação do *self* e a Perturbação emocional. Atendendo à literatura que refere que ao estilo de vinculação segura estão associados níveis mais elevados de bem-estar físico e psicológico e níveis mais baixos de psicopatologia, em comparação com os estilos de vinculação insegura (Bristow, 2014; Cassidy & Shaver, 2016; McLaughlin et al., 2012; Sigelman & Rider, 2018), espera-se que o grupo de indivíduos identificados com o estilo de vinculação seguro apresente níveis mais baixos de perturbação emocional, em comparação com os que têm um estilo de vinculação inseguro (Evitante e Preocupado).

Como não foram identificados estudos que analisem especificamente as diferenças na Parentalidade helicóptero do pai e da mãe e na Diferenciação do *self*, em função dos estilos de vinculação, este estudo pretendeu dar resposta a esta questão de investigação.

Método

Participantes

No presente estudo, participaram 259 adultos emergentes, com idades compreendidas entre os 18 e 30 anos ($M = 23.12$, $DP = 3.34$), sendo que 32% ($n = 83$) são do género masculino e 67.6% ($n = 175$) do género feminino. No que concerne à profissão, 45.2% ($n = 117$) eram estudantes, 42.5% ($n = 110$) eram trabalhadores, 4.6% ($n = 12$) eram trabalhadores-estudantes e 3.9% ($n = 10$) estavam desempregados. Quanto à situação relacional, 44.4% tinha uma relação de namoro ($n = 115$), 39.4% não tinha relação de namoro ($n = 102$), 13.5% viviam em união de facto ($n = 35$) e 2.3% estavam casados ($n = 6$). No que diz respeito à coabitação, 56.4% vivem com a família nuclear intacta ($n = 146$), 10% coabita em família monoparental ($n = 26$), 9,3% vive com os amigos ($n = 24$), 9,3% vive com família própria ($n = 24$), 3,5 % mora com a família nuclear e alargada ($n = 9$), 3.5% mora apenas com a fratria ($n = 9$), 3.1% vive com a família reconstituída ($n = 8$) e 2,7% coabita com a família alargada ($n = 7$). Relativamente à escolaridade, 36.7% tinha ensino superior ($n = 95$), 35.9% frequentava a universidade ($n = 93$), 25.9% tinham 10-12 anos de escolaridade ($n = 67$), 0,8%

tinham 6-9 anos de escolaridade ($n = 2$), 0.4% tinham entre 0-4 anos de escolaridade ($n = 1$). A respeito da zona de residência, 75.7% dos participantes residiam na zona da Grande Lisboa ($n = 196$), 4.6% no Norte ($n = 12$), 3.1% no Alentejo ($n = 8$), 0.4% residiam nos Açores ($n = 1$) e os restantes 7.7% vivem noutra região ($n = 20$). Em relação ao acompanhamento psicológico, 62.2% nunca teve ($n = 161$), 27.8% teve no passado ($n = 72$) e 10% tem atualmente ($n = 26$).

Instrumentos

Questionário de dados sociodemográficos. Este questionário tem como objetivo recolher dados pessoais dos participantes. Este questionário tem como objetivo recolher dados pessoais dos participantes (e.g., idade, género, nível de escolaridade).

Escala de Vinculação do Adulto. (EVA; versão original: *Adult Attachment Scale-R*, Collins & Read, 1990; tradução e adaptação para a população portuguesa: Canavarro, Dias, & Lima, 2006). A EVA é um questionário com 18 itens de auto-resposta respondidos numa escala de *Likert* de cinco pontos (1 = *nada característico em mim* a 5 = *extremamente característico em mim*). Este instrumento avalia a vinculação no adulto, a partir de três dimensões distintas: (1) Ansiedade, que avalia o grau de ansiedade em relação a questões interpessoais como o medo do abandono/rejeição ou de não ser amado (e.g., “Preocupo-me frequentemente com a possibilidade dos meus parceiros me deixarem”); (2) Conforto com a proximidade, que mede o grau de conforto com a proximidade e intimidade (e.g., “Sinto-me de alguma forma desconfortável quando me aproximo das pessoas”); (3) Confiança nos outros, que avalia o grau de confiança nos outros e a perceção de disponibilidade dos outros (e.g., “Tenho dificuldade em sentir-me dependente dos outros”) (Canavarro et al., 2006). Cada dimensão tem seis itens. Pontuações mais elevadas nas dimensões representam níveis mais elevados de Ansiedade, Conforto com a proximidade e Confiança nos outros.

No que concerne à fiabilidade, o estudo de Collins e Read (1990) revelou que a escala apresenta um nível de consistência interna aceitável nas dimensões *Close* ($\alpha = .69$), *Depend* ($\alpha = .75$) e *Anxiety* ($\alpha = .72$). No estudo de Canavarro e colaboradores (2006), com uma amostra de 434 participantes, foram encontrados níveis aceitáveis de consistência interna para a escala total ($\alpha = .81$) e para dimensão Ansiedade ($\alpha = .84$). As dimensões Conforto com a Proximidade ($\alpha = .67$) e Confiança nos Outros ($\alpha = .54$) revelaram níveis de consistência inferiores ao desejável (DeVellis, 1991), contudo o facto de se mostrarem dimensões centrais

para a identificação de estilos de vinculação justificou a sua permanência no instrumento (Canavarro et al., 2006).

No presente estudo, a dimensão Ansiedade apresentou um valor adequado de consistência interna ($\alpha = .89$). A dimensão Confiança nos Outros, que inicialmente apresentava um nível inaceitável de alfa de *Cronbach* ($\alpha = .65$) segundo os critérios de DeVellis (1991), após a exclusão do item 5 (“sinto-me bem dependendo dos outros”), passou a apresentar um valor adequado do coeficiente alfa de *Cronbach* ($\alpha = .72$). A dimensão Conforto com a proximidade revelou inicialmente um valor inaceitável de alfa de *Cronbach* ($\alpha = .45$); contudo, após ter sido retirado o item 1 (“estabeleço, com facilidade, relações com as pessoas”), apresentou um nível de consistência interna mais elevado, ainda que considerado indesejável por DeVellis (1991) ($\alpha = .61$). Optou-se por manter a dimensão Conforto com a proximidade nas análises do presente estudo, atendendo à sua relevância na identificação dos estilos de vinculação definidos por Hazan e Shaver (1987), o que é consistente com a opção adoptada no estudo de Canavarro e colaboradores (2006).

Inventário de Diferenciação do Self – Revisto. (DSI-R; versão original: *Differentiation of Self Inventory - Revised*, DSI-R; Skowron & Schmitt, 2003; tradução e adaptação para a população portuguesa: Major, Miranda, Rodríguez-Gonzalez, & Relvas, 2014). O DSI-R é um inventário com 46 itens de auto-resposta, cotados a partir de uma escala tipo *Likert*, de 1 = *nada verdadeiro para mim* a 6 = *muito verdadeiro para mim*. Este instrumento avalia ao nível de diferenciação do *self* em adultos nas suas relações significativas e atuais com a família de origem. Os itens encontram-se repartidos em quatro subescalas: Reatividade Emocional (11 itens), Posição do “Eu” (11 itens), *Cut-off* Emocional (12 itens) e Fusão com os Outros (12 itens). A Reatividade Emocional avalia a capacidade do indivíduo para responder a estímulos ambientais evocando respostas emocionais automáticas (e.g., “Por vezes, os meus sentimentos apoderam-se de mim e tenho problemas em pensar com clareza”). A Posição do Eu, afere em que medida os indivíduos têm a noção de *self* nitidamente definida, tendo em consideração as suas próprias convicções (e.g., “Habitualmente, faço o que acredito ser correto, independentemente dos que os outros dizem”). O *Cut-off* Emocional, mede o limite ou distanciamento emocional e comportamental relativamente aos outros e eventual medo da intimidade ou de sufoco nas relações (e.g., “Fico muitas vezes incomodado quando as pessoas se aproximam demasiado de mim”). Por fim, a Fusão com os Outros avalia se existe um envolvimento emocional excessivo com os outros,

nomeadamente, uma elevada dependência em relação a confirmar as suas crenças e dificuldade em definir as suas próprias crenças (e.g., “Tenho necessidade de aprovação praticamente de toda a gente na minha vida”). No estudo de adaptação da escala para a população portuguesa, a estrutura original da escala não foi replicada (Major et al., 2014). No presente estudo foi utilizada a pontuação total da escala, enquanto uma medida global de diferenciação do *self*. Pontuações mais elevadas na escala significam níveis mais elevados de diferenciação do *self*.

No que concerne à fiabilidade, no estudo de adaptação e validação para a população portuguesa de Major e colaboradores (2014), a escala total revelou boas qualidades psicométricas ($\alpha = .86$). No presente estudo, a escala total também apresentou um nível de consistência interna adequado ($\alpha = .89$).

Escala de Parentalidade Helicóptero-Revista. (EPH-R; versão original: *Investigating Helicopter Parenting*; Odenweller et al., 2014; versão portuguesa para filhos: Borges, Portugal, Sotero, Lamela, Magalhães, & Prioste, in press; versão revista: Prioste, Magalhães, & Salgado, 2018a). É um instrumento de auto-relato constituído por 13 itens que avalia a perceção dos filhos em relação à parentalidade helicóptero dos pais. A parentalidade helicóptero refere-se a um conjunto de comportamentos parentais excessivos e inadequados à etapa desenvolvimental dos filhos, por exemplo, a tomada de decisão pelos filhos (e.g., “Os meus pais tentam tomar todas as decisões mais importantes por mim”). Os participantes respondem à escala em relação aos comportamentos da mãe e do pai, através de uma escala de *Likert* de sete pontos (1 = *discordo totalmente* a 7 = *concordo totalmente*). A EPH apresenta uma estrutura bidimensional. A pontuação da escala é calculada através da média dos itens individualmente para a mãe e para o pai, sendo que as pontuações mais elevadas na escala significam um nível mais elevado de parentalidade helicóptero.

Odenweller e colaboradores (2014) realizaram um estudo de validação com uma amostra de 268 participantes com idades entre os 18 e 25 anos ($M = 21.5$), sendo que a escala revelou um nível adequado de consistência interna ($\alpha = .78$). No estudo de validação para a população portuguesa que integrou uma amostra de 187 participantes entre os 15 e os 25 anos ($M = 21.20$), a escala revelou um valor igual de coeficiente alfa de *Cronbach*, $\alpha = .78$ (Borges et al., in press). No presente estudo, a escala apresentou um nível respeitável de consistência interna ($\alpha = .72$).

Inventário de Sintomas Psicopatológicos. (BSI; versão original: *Brief Symptom Inventory*, Derogatis, 1982; tradução e adaptação para a população portuguesa: M. C., Canavarro, 1995). O BSI é um questionário de auto-relato que avalia a sintomatologia psicológica, através de uma escala de *Likert* de cinco pontos (0 = *nunca* a 4 = *multíssimas vezes*). A tarefa do participante consiste em assinalar a intensidade com que foi afetado por um conjunto de sintomas, durante a última semana. É composto por 53 itens que avaliam nove dimensões – Somatização, Obsessão-Compulsão, Sensibilidade Interpessoal, Depressão, Ansiedade, Hostilidade, Ansiedade Fóbica, Ideação Paranóide e Psicoticismo. Para além disso, o BSI avalia três índices globais que permitem uma avaliação sumária da perturbação emocional – Índice Geral de Sintomas (IGS), Índice de Sintomas Positivos (ISP) e Total de Sintomas Positivos (TSP). No presente estudo foi utilizado o ISP, uma medida que considera a média da intensidade e frequência de sintomas, calculada a partir da contagem dos itens com resposta positiva (Simões et al., 2007). O ISP foi utilizado porque, de acordo com Canavarro (2007), este é o índice que melhor permite distinguir os indivíduos que apresentam perturbação emocional daqueles que não apresentam.

No estudo de validação de Canavarro (2007), realizado com uma amostra de 551 indivíduos, o BSI apresentou um nível de consistência interna adequado, entre $\alpha = .62$ na dimensão psicoticismo e $\alpha = .80$ na dimensão somatização. No presente estudo, a escala total apresentou um nível muito adequado de consistência interna ($\alpha = .97$).

Procedimentos de recolha de dados

A recolha de dados iniciou-se após a aprovação do projeto de investigação pela Comissão de Ética e Deontologia para a Investigação Científica (CEDIC) da Escola de Psicologia e de Ciências da Vida da Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias. Foi recolhida uma amostra de conveniência, através do método não probabilístico designado de bola-de-neve, que retira benefício das redes sociais dos participantes, ampliando a amostra (Vinuto, 2014). Foram utilizados três procedimentos de recolha de dados distintos: (a) pedido de colaboração no contexto de sala de aula aos alunos da Escola de Psicologia e de Ciências da Vida da Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias; (b) pedido de colaboração a pessoas das redes sociais dos elementos da Equipa de Investigação; (c) divulgação e recolha *online*. Pretendeu-se, deste modo, aceder a uma amostra diversificada, integrando adultos emergentes que frequentam e que não frequentam o ensino superior.

Os participantes colaboraram de forma voluntária e não remunerada, após terem sido explicados os objetivos do estudo e efetuada a assinatura do consentimento informado. Foi aplicado um protocolo único, em regime de autorresposta, com uma duração média de 40 minutos. Foram esclarecidas eventuais dúvidas relacionadas com a compreensão das questões e auxiliadas as dificuldades de acesso ao questionário *online*.

Procedimentos de análise de dados

Para analisar as relações entre as variáveis dos dados recolhidos, foi utilizado o *software* SPSS, versão 22. Em primeiro lugar, foi realizada a estatística descritiva dos dados (média e desvio-padrão) e foram analisadas as correlações (*Pearson*) entre as variáveis: a Ansiedade, a Confiança nos outros, o Conforto com a proximidade, a Parentalidade helicóptero do pai e da mãe, a Diferenciação do *self* e a Perturbação emocional (primeiro objectivo). O tamanho do efeito foi analisado de acordo com os critérios de Cohen (1988).

Para dar resposta ao segundo objetivo proposto, foi realizada uma análise de *clusters* para identificar os estilos de vinculação, a partir das dimensões Conforto com a proximidade, Ansiedade e Confiança nos outros. Foram identificados três grupos, através do método não hierárquico *k-means* (Hartigan & Wong, 1979). Para identificar as variações nos três estilos de vinculação, foi conduzido um conjunto de análises de variância multivariada (MANOVAs). Os grupos que foram definidos pela análise de *clusters* foram usados como fatores inter-sujeitos e as medidas de Conforto com a proximidade, Ansiedade e Confiança nos outros foram usadas como variáveis dependentes. De seguida, realizaram-se análises univariadas (ANOVAs com testes de *Duncan*) para facilitar a interpretação do significado dos *clusters* identificados. No sentido de compreender as características de cada grupo e diferenças entre eles relativamente à Perturbação emocional, à Diferenciação do *self* e à Parentalidade helicóptero (terceiro objetivo), realizou-se um conjunto de MANOVAs, seguido de ANOVAs com testes de *Duncan* para perceber o efeito das diferenças.

Resultados

Estatística descritiva e análise de correlações

O Quadro 1 apresenta a estatística descritiva das variáveis em estudo e as correlações de *Pearson* entre as variáveis. Pela análise dos resultados, observa-se que a Ansiedade se encontra associada significativa e negativamente à Confiança nos outros, à Diferenciação do

self (associações fortes) e ao Conforto com a proximidade (associação moderada); e positivamente à Parentalidade helicóptero da mãe (associação fraca) e à Perturbação emocional (associação forte). Em relação à Confiança nos outros, verificaram-se associações significativas e positivas com o Conforto com a proximidade e a Diferenciação do *self* (associações moderadas); e negativas com a Parentalidade Helicóptero da Mãe e do Pai (associações fracas) e a Perturbação emocional (associação moderada). O Conforto com a proximidade encontra-se associado significativa e positivamente com a Diferenciação do *self* e negativamente com a Perturbação emocional, sendo que ambas as associações são moderadas. Observou-se uma associação significativa, positiva e fortes entre a Parentalidade helicóptero da Mãe e a do Pai. A Parentalidade helicóptero da Mãe e a do Pai encontram-se associadas significativa e negativa à Diferenciação do *self* (associações fracas) Por último, verificou-se uma associação significativa, negativa e fraca entre a Diferenciação do *self* e a Perturbação emocional.

Quadro 1.

Estatística Descritiva e Análise das Correlações entre a Ansiedade, a Confiança nos outros, o Conforto com a proximidade, a Parentalidade helicóptero do pai e da mãe, a Diferenciação do self e a Perturbação emocional (N= 259)

Variável	1	2	3	4	5	6	7
1. Ansiedade	-						
2. Confiança nos outros	-.51**	-					
3. Conforto com a proximidade	-.33**	.48**	-				
4. Parentalidade helicóptero da Mãe	.24**	-.24**	-.10	-			
5. Parentalidade helicóptero do Pai	.11	-.14*	-.02	.57**	-		
6. Diferenciação do <i>self</i>	-.54**	.32**	.34**	-.26**	-.15*	-	
7. Perturbação emocional	.57**	-.49**	-.30**	.09	.05	-.27**	-
<i>M</i>	2.66	3.43	3.61	3.29	2.92	3.42	1.70
<i>DP</i>	.94	.78	.74	1.00	.87	.53	.54

*Nota: * p <.05; ** p <.01*

Identificação e descrição das tipologias de estilos de vinculação identificadas

O Quadro 2 apresenta os perfis dos *clusters* identificados em relação aos estilos de vinculação de Hazen e Shaver (1987). A análise de variância multivariada revelou um efeito

significativo dos *clusters* nas variáveis Ansiedade, Confiança nos outros e Conforto com a proximidade [$F(2,381) = 248.35, p < .01, \eta_p^2 = .72$]. As análises subsequentes sobre os efeitos univariados (e.g., ANOVAs) revelaram que as diferenças entre os grupos são significativas [$F_{\text{Ansiedade}}(2) = 264.91, p < .001$; $F_{\text{Conforto}}(2) = 54.14, p < .001$; $F_{\text{Confiança}}(2) = 135.13, p < .001$].

Quadro 2.

Estatística Descritiva dos Grupos definidos pela Análise de Clusters, de acordo com os Estilos de Vinculação propostos por Hazan e Shaver (1987) (N = 259)

	Grupos definidos através da análise de <i>clusters</i>		
	1	2	3
N	55	100	91
%	21.24	38.61	35.14
Designação da tipologia dos estilos de vinculação	Preocupado	Evitante	Seguro
Medidas	<i>M (DP)</i>	<i>M (DP)</i>	<i>M (DP)</i>
Ansiedade	3.99 _a (.52)	2.63 _b (.51)	1.90 _c (.57)
Confiança nos outros	3.18 _c (.66)	3.47 _b (.46)	4.03 _a (.46)
Conforto com a proximidade	2.62 _c (.69)	3.27 _b (.53)	4.09 _a (.41)

Nota: a – valores elevados; b – valores médios; c – valores baixos

Os perfis dos *clusters* que foram identificados em relação aos estilos de vinculação podem ser designados por: Grupo 1, estilo Preocupado – este grupo inclui 21.24% dos participantes que não se sente confortável com a proximidade, não confia nos outros e sente um forte receio em ser abandonado; Grupo 2, estilo Evitante, que inclui 38.61% dos participantes que não se sente confortável com a proximidade, não confia nos outros e não sente receio elevado em ser abandonado; Grupo 3, estilo Seguro, que é composto por 35.14% dos participantes que se sente confortável com a proximidade, confia nos outros e tem níveis baixos de receio em ser abandonado.

Diferenças na Parentalidade helicóptero do Pai e da Mãe, na Diferenciação do *self* e na Perturbação emocional, em função dos Estilos de vinculação

No Quadro 3 são apresentadas as pontuações médias e os desvios-padrão da Diferenciação do *self*, Parentalidade helicóptero do Pai e da Mãe e Perturbação emocional

para cada estilo de vinculação identificado. As diferenças significativas entre os grupos foram analisadas através do teste *Duncan*, tal como foi referido previamente.

Quadro 3.

Estatística Descritiva da Parentalidade helicóptero do Pai e da Mãe, Diferenciação do self e Perturbação emocional para cada estilo de vinculação identificado (N = 259)

	Perturbação emocional	Diferenciação do <i>self</i>	Parentalidade helicóptero da Mãe	Parentalidade helicóptero do Pai
Estilo/padrão de vinculação	<i>M (DP)</i>	<i>M (DP)</i>	<i>M (DP)</i>	<i>M (DP)</i>
Preocupado	2.23 _a (.59)	3.05 _c (.57)	3.66 _a (1.04)	3.07 _a (1.01)
Evitante	1.63 _b (.45)	3.36 _b (.46)	3.36 _{a,b} (.97)	2.96 _{a,b} (.84)
Seguro	1.44 _c (.33)	3.71 _a (.41)	2.97 _c (.97)	2.73 _c (.80)

Nota: a – valores elevados; b – valores médios; c – valores baixos

Em relação à perturbação emocional, a análise de diferenças entre as tipologias mostrou que os participantes com um estilo de vinculação Preocupado apresentam o valor mais elevado de perturbação emocional, e que os participantes com um estilo de vinculação Seguro apresentam o nível de perturbação emocional mais baixo. Os participantes com um estilo de vinculação Seguro apresentam um nível de Diferenciação do *self* mais elevado, e os que foram identificados com um estilo de vinculação Preocupado apresentam um valor mais baixo de Diferenciação do *self*. Relativamente à Parentalidade helicóptero da Mãe e do Pai, os participantes com um estilo de vinculação Preocupado apresentam um valor mais elevado que os participantes com um estilo de vinculação Seguro; os participantes com um estilo de vinculação Seguro apresentam o valor mais baixo, em comparação com os restantes estilos; e não existem diferenças significativas entre o nível de Parentalidade helicóptero do Pai e da Mãe e do Pai dos participantes com um estilo de vinculação Preocupado e Evitante.

Discussão

Este estudo pretendeu: (a) analisar a relação entre as dimensões Ansiedade, Confiança nos outros, Conforto com a proximidade, a Parentalidade helicóptero do pai e da mãe, a Diferenciação do *self* e a Perturbação emocional; (b) identificar os estilos de vinculação a partir das dimensões Ansiedade, Confiança nos outros e Conforto com a proximidade; e (c) analisar as diferenças entre a Parentalidade helicóptero do pai e da mãe, a Diferenciação do

self e a Perturbação emocional, em função dos estilos de vinculação identificados. Tendo como referenciais teóricos o modelo de vinculação no adulto proposto por Hazen e Shaver (1987) e o modelo ecológico de desenvolvimento humano (Bronfenbrenner, 1986), foi enfatizada a relevância dos estilos de vinculação para os diferentes contextos (parentais, relacionais e individuais). Atendendo às lacunas identificadas na literatura (e.g., escassez de trabalhos focados na vinculação na adultez emergente e na parentalidade helicóptero, análise da Parentalidade helicóptero da mãe e do pai em separado, evidências focadas na relação entre a Parentalidade helicóptero e a vinculação, e entre a Parentalidade helicóptero e a Diferenciação do *self*), este estudo pretendeu contribuir para a expansão da literatura nas áreas da vinculação, parentalidade e da adultez emergente em Portugal.

Relação entre as dimensões Ansiedade, Confiança nos outros, Conforto com a proximidade, a Parentalidade helicóptero do pai e da mãe, a Diferenciação do self e a Perturbação emocional

Os resultados obtidos mostraram que a Ansiedade se encontra positivamente associada à Parentalidade helicóptero da mãe. Este resultado poderá ser interpretado com base no processo de separação das figuras parentais. Considerando que a experiência de ansiedade no processo de individuação em relação à família de origem dificulta a resolução das tarefas desenvolvimentais (Leondari & Kiosseoglou, 2000), é possível que o medo do abandono sentido pelos filhos contribua para o aumento de comportamentos de sobreenvolvimento e proteção dos pais. Por outro lado, os comportamentos parentais excessivos podem também contribuir para o aumento do medo da rejeição dos filhos, tendo em conta, quer a forma como estes afetam o desenvolvimento da autoconfiança, quer a mensagem de descrença na competência e capacidades dos filhos (Willoughby et al., 2015; Schiffrin et al., 2013).

A Confiança nos outros surgiu associada negativamente quer à Parentalidade helicóptero da mãe, quer à do pai. Este resultado poderá ser interpretado com base na literatura que mostra que os comportamentos parentais de sobreenvolvimento e controlo estão associados à perceção de ameaça ao bem-estar dos filhos (e.g., Nelson, 2010). A perceção de ameaça sentida pelos pais pode ser transmitida aos filhos através do questionamento e distanciamento das outras pessoas, diminuindo o grau de confiança sentido nos outros, fazendo atribuições negativas às suas intenções (Clark & Symons, 2009), por exemplo. Por

outro lado, o facto dos filhos se mostrarem menos disponíveis para confiar nos outros poderá intensificar os comportamentos de proteção dos pais, criando um contexto ‘de algodão’ (Bristow, 2014).

As três dimensões da vinculação mostraram estar associadas à Diferenciação do *self* e à Perturbação emocional, o que reforça a importância do papel da vinculação ao longo do ciclo de vida no ajustamento individual (Cassidy & Shaver, 2016; Davila & Levy, 2006; Mota & Rocha, 2012; Papalia & Feldman, 2013), no funcionamento interpessoal (Davila & Levy, 2006; Papalia & Feldman, 2013) e no desenvolvimento de relações na vida adulta (Rutter, 1981; Weiss, 1982). De uma forma mais específica, os resultados obtidos corroboram resultados de estudos prévios que mostram que a Ansiedade se associa positivamente à sintomatologia psicopatológica e a Confiança nos outros e o Conforto com a proximidade se associam negativamente à sintomatologia psicopatológica (Silva & Costa, 2004; Soares, 2009; Monteiro, Tavares, & Pereira, 2007). Para além disso, os resultados referentes à associação entre a vinculação e a Diferenciação do *self* foram suportados pela literatura que mostra que as pessoas que não se sentem confortáveis com a proximidade dos outros, não lhes atribuindo intenções positivas, têm níveis mais baixos de diferenciação do *self*, já que têm mais dificuldade em estabelecer relações de intimidade, mantendo um nível adequado de autonomia (Mota & Rocha, 2012; Skowron & Friedlander, 1998).

O facto da Parentalidade helicóptero da mãe e do pai se encontrarem fortemente associadas poderá ser um revelador da harmonia e consistência entre a parentalidade materna e paterna. Para além deste resultado ser apoiado por estudos prévios (e.g., Sharma & Sarna, 2018), poderá ser lido como um indicador do maior envolvimento da figura paterna na educação dos filhos (Cia, Williams, & Aiello, 2005; Gomes & Resende, 2004), associada às mudanças macrossistémicas com implicações na organização e funcionamento da família, especificamente, com a conciliação das tarefas laborais e familiares de ambos os pais (Staudt & Wagner, 2008; Klumpp & Silva, 2018).

A hipótese de que níveis mais elevados de Parentalidade helicóptero da mãe e do pai estão associados a níveis mais elevados de Perturbação emocional não foi apoiada pelos resultados deste estudo, não corroborando os resultados da maioria dos estudos da área que mostraram esta associação (e.g., Darlow et al., 2017; Givertz, & Segrin, 2012; LeMoyne & Buchanan, 2014; Schiffrin et al., 2013; Segrin et al., 2013; Spokas & Heimberg, 2009). Contudo, este resultado vai ao encontro do estudo de Borges e colaboradores (*in press*) em

que não foi encontrada uma associação significativa entre a Parentalidade helicóptero dos pais (medida global) e a sintomatologia depressiva e ansiosa. Borges e colaboradores (*in press*) interpretaram este resultado considerando o contexto macrosistémico atual. Neste sentido, Borges e colaboradores (*in press*) consideraram o contributo de diferentes fatores para a ‘normalização’ de comportamentos parentais do tipo helicóptero, nomeadamente, o prolongamento da coabitação com a família, a intensificação de funções e tarefas parentais (Brandão et al., 2012; Guerreiro & Abrantes, 2004; Petrogiannis, 2011; Scabini, Marta, & Lanz, 2006) e o aumento da prevalência de comportamentos parentais específicos inadequados à etapa desenvolvimento dos filhos (Bradley-Geist & Buchanan, 2014). Há ainda que considerar o contributo da hipervalorização social atribuída ao papel parental na emergência da parentalidade excessiva (Bristow, 2014) e sua normalização. Nesta linha, se os comportamentos de parentalidade helicóptero não são significados pelos filhos adultos emergentes como inadequados, poderão não impactar em termos do ajustamento psicológico dos filhos. Contudo, atendendo às associações encontradas entre a Diferenciação do *self* e Parentalidade helicóptero da mãe e do pai e entre a Diferenciação do *self* e a Perturbação emocional é plausível hipotetizar que a relação entre a Parentalidade helicóptero da mãe e do pai e a Perturbação emocional possa ser explicada através de outras variáveis, nomeadamente a Diferenciação do *self*.

A Parentalidade helicóptero da mãe e do pai mostraram estar negativamente associadas à Diferenciação do *self* dos filhos, o que vai de encontro à literatura na área da psicologia da família que sugere que, quer as relações familiares com níveis elevados de emaranhamento (i.e., relações com níveis elevados de fusão e envolvimento dos elementos da famílias em questões individuais de cada um), quer a parentalidade excessiva funcionam como bloqueadores da diferenciação do *self*, e do processo de individuação e autonomização (Bowen, 1978; Fiorini et al., 2018; Padilla-Walker & Nelson, 2012; Prioste, Tavares, & Magalhães, 2019; Ungar, 2009).

A relação negativa encontrada entre a Perturbação emocional e a Diferenciação do *self* apoia a hipótese colocada previamente e corrobora os estudos que indicam que as pessoas com um nível mais baixo de diferenciação do *self* apresentam níveis mais elevados de *distress* e sintomas psicopatológicos (Chung & Gale, 2006; Drake et al., 2015; Jankowski & Hooper, 2012; Skowron & Friedlander, 1998) e de dificuldades de regulação emocional (Kerr, 1981). Para além disso, a literatura sugere que os adultos com níveis baixos de diferenciação do *self*

têm mais dificuldades em se adaptarem e se flexibilizarem perante as exigências associadas às etapas do ciclo de vida (Knauth e Skowron, 2004), tendendo a apresentar níveis mais elevados de perturbação emocional (Peleg-Popko, 2002).

Estilos de vinculação

Os estilos de vinculação identificados na análise de *clusters* vão ao encontro que foram propostos por Hazan e Shaver (1987) e encontrados no trabalho de Canavarro e colaboradores (2006). À semelhança do estudo de Canavarro e colaboradores (2006), em que a maioria da amostra foi classificada com um estilo de vinculação inseguro (i.e., Evitante e Preocupado; 54%), na nossa amostra, 59.85% também apresentou um estilo de vinculação inseguro. Foram, contudo, observadas discrepâncias no que concerne às percentagens de participantes classificados em cada estilo. Enquanto no estudo de Canavarro e colaboradores (2006), 46% dos participantes foram classificados com o estilo Seguro, 35% com o estilo Evitante (35%) e 19% com o estilo Preocupado; neste trabalho, 38.61% da amostra foi classificada com um estilo Evitante, 35.14% com um estilo Seguro e 21.24% com um estilo Preocupado. Esta discrepância (que não sabemos se é estatisticamente significativa) poderá estar relacionada com as características sociodemográficas da amostra de ambos os estudos, já que o estudo de Canavarro e colaboradores (2006) utilizou uma amostra com idades compreendidas entre os 18 e os 63 anos ($M = 25$; $DP = 8,75$). Assim, poder-se-á supor que esta característica sociodemográfica possa ter influência nas experiências de vinculação relatadas, considerando as questões geracionais e os diferentes desafios e tarefas desenvolvimentais dos participantes.

Diferenças na Diferenciação do *self*, Parentalidade helicóptero e Perturbação emocional, em função dos estilos de vinculação

No geral, os resultados sugerem que os estilos de vinculação inseguros (i.e., Preocupado e Evitante) podem significar um desafio desenvolvimental acrescido em relação à Diferenciação do *self* e à emergência de perturbação emocional. De facto, a literatura descreve que as crianças com uma vinculação insegura organizam as suas experiências tendo por base a perceção de que são difíceis de ser amadas e que os outros não são confiáveis, pelo que, na idade adulta, tendem a evitar ou a sentir ansiedade em relações de intimidade (Sigelman & Rider, 2018). De facto, as pessoas com uma vinculação insegura tendem também a apresentar

níveis mais elevados de sintomatologia psicológica (e.g., Bristow, 2014; Cassidy & Shaver, 2016; Kerns & Brumariu, 2014; Madigan et al., 2013; Sroufe, 1997). Os dados mostraram que os participantes com estilos de vinculação inseguros apresentam níveis elevados de Parentalidade helicóptero. Neste sentido, há que considerar que as pessoas com um estilo de vinculação inseguro tendem a interpretar os acontecimentos como stressantes ou ameaçadores (Cassidy & Shaver, 2016), catastrofizando ou sobrevalorizando o perigo imaginado, e sentindo-se incapazes para lidar eficazmente com as situações (Mikulincer & Shaver, 2016). Como, em vez de se focarem nas soluções da situação atual, tendem a focar o seu próprio *distress* (Cassidy & Shaver, 2016) e a recorrer à família enquanto ‘base segura’, o que impacta nos processos de exploração e autonomização. Hipotetizamos que a incapacidade para lidar com as situações percebida pelos filhos poderá ativar comportamentos parentais de proteção e de sobreenvolvimento (especificamente, a tomada de decisão pelos filhos, a eliminação de obstáculos e barreiras que teriam de enfrentar), o que reforça e valida a crença de incapacidade dos filhos.

De uma forma mais específica, os dados sugerem que os participantes que foram identificados com um estilo de vinculação Preocupado apresentaram níveis elevados de Perturbação emocional e de Parentalidade helicóptero, e níveis baixos de Diferenciação do *self*. Há que considerar que as pessoas com este modelo de vinculação, tendem a utilizar estratégias de hiperativação do sistema de vinculação (Mikulincer & Shaver, 2007) através da manifestação de medo e de preocupação com abandono (Cassidy, 1994). Assim, o facto de não se sentirem confortáveis com a proximidade, não confiarem nos outros e sentirem um forte receio em serem abandonados – indiciador de um modelo negativo em relação a si e aos outros – poderá ser perspectivado como um fator de risco para a realização das tarefas da adultez emergente, especificamente, a separação em relação às figuras parentais e a autonomização da família. No entanto, importa salientar que os participantes identificados com um estilo de vinculação Evitante apresentaram níveis médios de Perturbação emocional e de Diferenciação do *self*, e níveis elevados de Parentalidade helicóptero. A literatura sugere que, as pessoas com este estilo de vinculação apresentam níveis mais elevados de desconfiança nos relacionamentos (Feeney e Noller, 1990; Gleeson & Fitzgerald, 2014) e utilizam sobretudo estratégias de *coping* de evitamento comportamental ou cognitivo (Feeney, 1998; Marshall et al., 2000). Com forma a antecipar a indisponibilidade do cuidador e evitar o

sentimento de *distress* subsequente, incorrem frequentemente a uma inibição ou desativação do sistema de vinculação (Mikulincer & Shaver, 2008).

Por outro lado, os resultados mostraram que os participantes que foram identificados com um estilo de vinculação Seguro apresentaram níveis baixos de Perturbação emocional e de Parentalidade helicóptero, e níveis elevados de Diferenciação do *self*. Este resultado corrobora a hipótese colocada previamente e vai ao encontro da literatura que mostra que as pessoas com uma vinculação segura desenvolvem um sentido de *self* mais positivo, fazem atribuições mais positivas acerca das intenções dos outros (i.e., têm modelos internos dinâmicos seguros), vivenciam as relações afetivas de forma mais positiva e apresentam níveis mais elevados de bem-estar psicológico, em comparação com as pessoas que têm outros estilos de vinculação (Clark & Symons, 2009; Haydon et al., 2011; Simpson et al., 2007). O sentimento de segurança que experimentam pode, assim, funcionar como um recurso que lhes permite manter o equilíbrio emocional sem recorrer a estratégias de *coping* de evitamento (Cassity & Shaver, 2016), como ocorre nos estilos de vinculação insegura.

Atendendo aos autores que sugerem que os adultos com um estilo de vinculação segura percecionam as suas relações de intimidade com níveis elevados de confiança, em comparação com adultos com uma vinculação insegura (Sigelman & Rider, 2018), é possível supor-se que este estilo de vinculação favoreça o equilíbrio entre a autonomia e a intimidade nas relações que estabelecem. O estilo de vinculação segura pode, assim, ser visto como um contexto promotor da diferenciação do *self* através da manutenção de um sentido sólido do *self* nas relações íntimas e da não experiencição de medo de abandono, de separação e/ou de fusão das/com as figuras parentais.

Implicações para a literatura e prática clínica

Os resultados deste trabalho sublinham a centralidade do papel central da vinculação e parentalidade nas trajetórias desenvolvimentais (in)adaptativas na adultez emergente, tendo implicações para as áreas da vinculação, da Psicologia da Família e da Psicopatologia do Desenvolvimento.

Este estudo permitiu aprofundar a compreensão da associação entre os estilos de vinculação, a parentalidade helicóptero, a diferenciação do *self* e a perturbação emocional, na adultez emergente, em resposta à escassez de estudos que analisam a relação entre estas variáveis.

Os resultados apresentados neste trabalho possibilitem-nos identificar um conjunto de implicações para a prática, no sentido da adoção de uma perspetiva ecossistémica, integrando os pais, no desenvolvimento de linhas de intervenção com adultos emergentes. Considerando o facto de os resultados sugerirem que os adultos emergentes com um estilo de vinculação inseguro apresentarem níveis mais elevados de Parentalidade helicóptero e níveis mais baixos de diferenciação do *self*, a intervenção familiar deve focar-se na definição de fronteiras familiares e de práticas parentais adequadas às necessidades desenvolvimentais dos filhos, potenciando um caminho centrífugo em relação à família e favorecendo o sucesso na realização das tarefas desenvolvimentais da adultez emergente.

Limitações e estudos futuros

Este trabalho pretendeu contribuir para o conhecimento nas áreas referidas, contudo, apresenta algumas limitações. Primeiramente, a dimensão relativamente reduzida da amostra e a utilização de uma amostra de conveniência invalida a generalização dos resultados obtidos à população portuguesa. A composição da amostra também poderá constituir-se como uma limitação, atendendo ao facto de ser maioritariamente constituída por participantes do género feminino (67.6%) e residentes na zona da Grande Lisboa (75.7%).

No que se refere aos instrumentos de recolha de dados, visto que são medidas de autorrelato, é de ter em conta o fator de desejabilidade social. Enfatiza-se também que foi utilizada a dimensão Conforto com a proximidade da EVA mostrou um nível de consistência interna considerado indesejável, de acordo com DeVellis (1991). Apesar da utilização desta dimensão poder ser compreendida considerando a sua relevância na identificação dos estilos de vinculação definidos por Hazan e Shaver (1987), os resultados obtidos deverão ser interpretados com precaução. Salienta-se também o facto deste estudo ter um desenho transversal, o que não permite aceder à relação entre os estilos de vinculação e a Diferenciação do *self*, Parentalidade helicóptero e Perturbação emocional ao longo do tempo, não nos possibilitando uma análise adequada da dinâmica das relações entre estas variáveis.

Em estudos futuros, seria importante considerar uma amostra mais alargada e mais homogénea, em termos da distribuição entre os géneros e da zona de habitação. Seria importante ponderar a utilização de um desenho de investigação que permitisse a análise da relação contínua entre os estilos de vinculação e as variáveis analisadas, através de um estudo longitudinal. Como este estudo avaliou a perceção dos filhos em relação aos comportamentos de parentalidade helicóptero dos pais, seria interessante que os estudos futuros integrassem

também a autoperceção dos pais em relação à sua parentalidade helicóptero. Atendendo às associações encontradas entre a Diferenciação do *self* e Parentalidade helicóptero da mãe e do pai e entre a Diferenciação do *self* e a Perturbação emocional, seria interessante analisar o papel mediador da Diferenciação do *self* na relação entre a Parentalidade helicóptero da mãe e do pai e a Perturbação emocional.

Referências

- Ainsworth, M. D. (1989). Attachments beyond infancy. *American Psychologist*, 44(4), 709-716. doi:10.1037/0003-066X.44.4.709
- Ainsworth, M. S., & Bowlby, J. (1991). An ethological approach to personality development. *American Psychologist*, 46(4), 333-341.
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Erlbaum, Hillsdale.
- Alarcão, M., & Gaspar, M. F. (2007). Imprevisibilidade familiar e suas implicações no desenvolvimento individual e familiar. *Paidéia*, 17(36), 89-102.
- Andrade, C. (2016). A construção da identidade, auto-conceito e autonomia em adultos emergentes. *Psicologia Escolar e Educacional*, 20(1), 137-146. doi: 10.1590/2175-3539/2015/0201944
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55, 469-480. doi:10.1037/0003-066X.55.5.469
- Arnett, J. J. (2004). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. New York: Oxford University Press.
- Arnett, J. J. (2015). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties* (2nd ed.). New York, NY, US: Oxford University Press. doi:10.1093/oxfordhb/9780199795574.013.9
- 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, 226-244. doi:10.1037/0022-3514.61.2.226
- Bernstein, G., & Zvi, H.T. (2011). Over-parenting. *Davis Law Review*, 44(4), 1221-1279.
- Besser, A., & Priel, B. (2003). A multisource approach to self-critical vulnerability to depression: The moderating role of attachment. *Journal of Personality*, 71, 515-555. doi:10.1111/1467-6494.7104002

- Beyers, W., Goossens, L., Vansant, I., & Moors, E. (2003). A structural model of autonomy in middle and late adolescence: Connectedness, separation, detachment, and agency. *Journal of Youth and Adolescence*, 32, 351-365.
- Blos, P. (1979). Modifications in the classical psychoanalytical model of adolescence. *Adolescent Psychiatry*, 7, 6-25.
- Borges, D., Portugal, A., Sotero, L., Lamela, D., Magalhães, E., & Prioste, A. (in press). Helicopter Parenting Instrument: Estudos psicométricos iniciais com adultos emergentes. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluation Psicológica*.
- Boszormenyi-Nagy, I., & Krasner, B. R. (1986). Between give and take: A clinical guide to contextual therapy. New York: Brunner/Mazel.
- Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. New York: J. Aronson
- Bowlby, J. (1969, 1984). *Attachment and Loss* (Vol.1). London: Penguin Books.
- Bowlby, J. (1970). Disruption of affectional bonds and its effects on behavior. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 2, 75–86. doi:10.1007/BF02118173
- Bradley-Geist, J.C., & Olson-Buchanan, J.B. (2014). Helicopter parents: An examination of the correlates of over-parenting of college students. *Education + Training*, 56(4), 314-328. doi:10.1108/ET-10-2012-0096
- Brandão, T., Saraiva, L., & Matos, M. P. (2012). O prolongamento da transição para a idade adulta e o conceito de adultez emergente: Especificidades do contexto português e brasileiro. *Análise Psicológica*, 3, 301-313.
- Brazelton, T.B., & Cramer, B.G. (1993). A relação mais precoce: Os pais, os bebés e a interacção precoce (trad. F. Duarte). Lisboa: Terramar
- Bretherton, I. (1985). Attachment theory: Retrospect and prospect. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 50(1-2), 3-35. doi:10.2307/3333824
- Bristow, J. (2014). Intensive parenting and the expansion of parenting. In E. Lee, J. Bristow, C. Faircloth, & J. Macvarish, *Parenting culture studies* (pp. 200-215). Palgrave Macmillan: New York.

- Bronfenbrenner, U. (1986). Ecology of the family as a context for human development: Research perspectives. *Developmental Psychology*, 22, 723–742.
- Canavarro, M. C., 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*, 20(1), 11-36.
- Carter, E., & McGoldrick, M. (1995). *The changing family life cycle: A framework for family therapy*. Boston: Allyn and Bacon.
- Cassidy, J. (1994). Emotion regulation: Influences of attachment relationships. In N. Fox (Ed.), *The development of emotion regulation: Biological and behavioral considerations. Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59 (240), 228–283.
- Cassidy, J. & Shaver, P.R. (Eds.) (2016). *Handbook of attachment: Theory, Research, and Clinical Applications* (3rd ed.). New York: The Guilford Press
- Chung, H., & Gale, J. (2006). Comparing self-differentiation and psychological well-being between korean and european american students. *Contemporary Family Therapy*, 28, 367-381. doi:10.1007/s10591-006-9013-z
- Cia, F., Williams, L. C. A. & Aiello, A. L. R. (2005). Influências paternas no desenvolvimento infantil: Revisão da literatura. *Psicologia Escolar e Educacional*, 9(2), 83-91.
- Cicchetti, D., & Cohen, D. J. (2006). *Developmental psychopathology: Risk, disorder and adaptation* (Vol. 3, pp. 129-201). New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Cline, F., & Fay, J. (2006). *Parenting with love and logic: Teaching children responsibility*. Colorado Springs: NavPress.
- Comazzetto, L. R., Vasconcellos, S. J. L., Perrone, C. M., & Gonçalves, J. (2016). A geração Y no mercado de trabalho: Um estudo comparativo entre gerações. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 36(1), 145-157. doi:10.1590/1982-3703001352014
- Côté, J.E. & Schwartz, S. J. (2002). Comparing psychological and sociological approaches to identity: Identity status, identity capital, and the individualization process. *Journal of Adolescence*, 25, 571-586. doi:10.1006/jado.2002.0511

- Crowell, J.A., Treboux, D., & Waters, E. (2002) Stability of attachment representations: The transition to marriage. *Developmental Psychology*, 38, 467-479. doi: 10.1037/0012-1649.38.4.467
- Darlow, V., Norvilitis, J.M., & Schuetze, P. (2017). The relationship between helicopter parenting and adjustment to college. *Journal of Child and Family Studies*, 22(6), 749-880. doi:10.1007/s10826-017-0751-3
- Davila, J., & Levy, K. N. (2006). Introduction to the special section on attachment theory and psychotherapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 78(6), 989-993.
- DelCampo, R.G., Haggerty, L.A., Haney, M.J., & Knippel, L.A. (2011). *Managing the multi-generational workforce: From the GI generation to the Millennials*. Burlington, VT: Gower Publishing, Lda.
- DeVellis, R. F. (1991). *Applied social research methods series, Vol. 26. Scale development: Theory and applications*. Thousand Oaks, CA, US: Sage Publications, Inc.
- Dinero, R. E., Conger, R. D., Shaver, P. R., Widaman, K. F., & Larsen-Rife, D. (2011). Influence of family of origin and adult romantic partners on romantic attachment security. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, 1(S), 16-30.
- Dozier, M., Stovall, K. C., & Albus, K. E. (1999). Attachment and psychopathology in adulthood. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 497-519). New York, NY, US: The Guilford Press.
- Drake, J. R., Murdock, N. L., Marszalek, J. M., & Barber, C. E. (2015). Differentiation of Self Inventory-Short Form: Development and preliminary validation. *Contemporary Family Therapy*, 37, 101-112. doi:10.1007/s10591-015-9329-7
- Eberhart, N. K., & Hammen, C. L. (2010). Interpersonal style, stress, and depression: An examination of transactional and diathesis-stress models. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 29(1), 23-38. doi:10.1521/jscp.2010.29.1.23
- Erikson, E.H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. Oxford, England: Norton & Co.

- Feeney, J. A. (1998). Adult attachment and relationship-centered anxiety: Responses to physical and emotional distancing. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 189-219). New York: Guilford Press.
- Feeney, J.A. (2008) Adult romantic attachment: Developments in the study of couple relationships (2nd ed.). In Cassidy, J. & Shaver, P.A., Eds., *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 456-481). New York: Guilford Press.
- Feeney, J. A., & Noller, P. (1990) Attachment style as a predictor of adult romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 281-291. doi:10.1037/0022-3514.58.2.281
- Fiorini, M.C., Müller, F.G., & Bolze, S.D.A. (2018). Diferenciação do self: Revisão integrativa de artigos empíricos internacionais. *Pensando Famílias*, 22(1), 146-162.
- Furstenberg, F. F. (2015). Becoming adults: Challenges in the transition to adult roles. *American Journal of Orthopsychiatry*, 85, S14–S21. doi:10.1037/ort0000107
- Gavazzi, S. M., Anderson, S. A., & Sabatelli, R. M. (1993). Family differentiation, peer differentiation, and adolescent adjustment in a clinical sample. *Journal of Adolescent Research*, 8(2), 205–225. doi: 10.1177/074355489382005
- Givertz, M., & Segrin, C. (2014). The association between overinvolved parenting and young adults' self-efficacy, psychological entitlement, and family communication. *Communication Research*, 41(8), 1111-1136. doi:10.1177/0093650212456392
- Gleeson, G., & Fitzgerald, A. (2014). Exploring the association between adult attachment styles in romantic relationships, perceptions of parents from childhood and relationship satisfaction. *Health*, 6, 1643-1661. doi: 10.4236/health.2014.613196
- Gomes, A., & Resende, V. R. (2004). O pai presente: O desvelar da paternidade em uma família contemporânea. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 20 (2), 119-125.
- Graham, C. A., & Easterbrooks, M. A. (2000). School-aged children's vulnerability to depressive symptomatology: The role of attachment security, maternal depressive symptomatology, and economic risk. *Development and Psychopathology*, 12(2), 201-213. doi: 10.1017/S0954579400002054

- Hazan, C. and Shaver, P.R. (1987) Romantic love conceptualised as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524. doi:10.1037/0022-3514.52.3.511
- Hoffman, K., Cooper, G., & Powell, B. (2017). *Raising a secure child: How circle of security parenting can help you nurture your child's attachment, emotional resilience, and freedom to explore*. New York: The Guilford Press.
- Holden, G. W. (2010). *Parenting: A dynamic perspective*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Howe, N., & Strauss, W. (2000). *Millennials rising: The next great generation*. New York: Vintage Books, Random House Inc.
- Hoyt, L. T., Chase-Lansdale, P. L., McDade, T. W., & Adam, E. K. (2012). Positive youth, healthy adults: Does positive well-being in adolescence predict better perceived health and fewer risky health behaviors in young adulthood?. *The Journal of Adolescent Health*, 50(1), 66–73. doi:10.1016/j.jadohealth.2011.05.002
- Jablonski, J., & Martino, S. D. (2013). A qualitative exploration of emerging adults' and parents' perspectives on communicating adulthood status. *The Qualitative Report*, 18(37), 1-12.
- Jankowski, P. J., & Hooper, L. M. (2012). Differentiation of self: A validation study of the Bowen theory construct. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, 1(3), 226-24. doi:10.1037/a0027469.
- Johnson, P., Buboltz Jr., W. C., & Seemann, E. (2003). Ego identity status: A step in the differentiation process. *Journal of Counseling and Development*, 81, 191-195.
- Kantrowitz, B., & Tyre, P. (2006, 6 de maio). The fine art of letting go. *Newsweek*. Disponível em: <https://pdfs.semanticscholar.org/b9f0/b1636842c6b450b156687f50642e3bd72925.pdf>
- Kail, R.V., & Cavanaugh, J.C. (2016). *Human development: A life-span view*. Boston: Cengage Learning
- Kerns, K. A., & Brumariu, L. E. (2014). Is insecure parent-child attachment a risk factor for the development of anxiety in childhood or adolescence?. *Child Development Perspectives*, 8, 12–17.

- Kerr, M. E. (1981). Family systems theory and therapy. In Gurman, A.S., Kniskern, D. P. (Eds), *Handbook of family therapy*. New York: Brunner/Maazel.
- Kessler, R. C., Berglund, P., Demler, O., Jin, R., Merikangas, K. R., & Walters, E. E. (2010). Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of DSM-IV disorders in the National Comorbidity Survey Replication. *Archives of General Psychiatry*, 62, 593–768.
- Kins, E., Soenens, B., & Beyers, W. (2011). Why do they have to grow up so fast? Parental separation anxiety and emerging adults' pathology of separation-individuation. *Journal of Clinical Psychology*, 67, 647–664. doi:10.1002/jclp.20786
- Klumpp, C.F.B., & Silva, R.N (2018). A importância da figura paterna para o processo de aprendizagem. *Vínculo - Revista do NESME*, 15(1), 37-47.
- Kobak, R., & Zajac, K. (2011). Rethinking adolescent states of mind: A relationship/lifespan view of attachment and psychopathology. In D. Cicchetti & G. I. Roisman (Eds.), *Minnesota symposia on child psychology: Vol. 36. The origins and organization of adaptation and maladaptation* (pp. 185-229). Hoboken, NJ, US: John Wiley & Sons Inc.
- Kochanska, G. (2001), Emotional development in children with different attachment histories: The first three years. *Child Development*, 72, 474-490. doi:10.1111/1467-8624.00291
- Kublikowsky, I., & Rodrigues, C.M. (2016). 'Kangaroo generations': New contexts, new experiences. *Estudos Psicológicos*, 33(3), 535-542. doi:10.1590/1982-02752016000300016
- Kwon, K., Yoo, G., & Bingham, G. E. (2016). Helicopter parenting in emerging adulthood: Support or barrier for Korean college students' psychological adjustment?. *Journal of Child and Family Studies*, 25, 136–145. doi:10.1007/s10826-015-0195-6
- Lamb, M. E., & Lewis, C. (2015). The role of parent-child relationships in child development. In M. H. Bornstein & M. E. Lamb (Eds.), *Developmental science. An advanced textbook* (7th ed., pp. 535–586). New York: Psychology Press.
- Lamborn, S. D., Mounts, N. S., Steinberg, L., & Dornbusch, S. M. (1991). Patterns of competence and adjustment among adolescents from authoritative, authoritarian,

- indulgent, and neglectful families. *Child Development*, 62(5), 1049-1065. doi:10.2307/1131151
- Lane, J. A., & Fink, R. S. (2015). Attachment, social support satisfaction, and well-being during life transition in emerging adulthood. *The Counseling Psychologist*, 43(7) 1034–1058. doi:10.1177/0011000015592184
- Lee, J., & Kang, S. (2018). Perceived helicopter parenting and Korean emerging adults' psychological adjustment: The mediational role of parent-child affection and pressure from parental career expectations. *Journal of Child and Family Studies*, 27(11), 3672–3686. doi:10.1007/s10826-018-1193-2
- LeMoyne, T., & Buchanan, T. (2011). Does hovering matter? Helicopter parenting and its effect on well-being. *Sociological Spectrum*, 31(4), 399-418. doi:10.1080/02732173.2011.574038
- Leondari, A., & Kiosseoglou, G. (2000). The relationship of parental attachment and psychological separation to the psychological functioning of young adults. *The Journal of Social Psychology*, 140(4), 451-464. doi:10.1080/00224540009600484
- Levine, A., & Heller, R. (2010). *Attached: The new science of adult attachment and how it can help you find and keep love*. New York: Jeremy P. Tarcher/Penguin
- Locke, J. Y., Campbell, M. A., & Kavanagh, D. (2012). Can a parent do too much for their child? An examination by parenting professionals of the concept of overparenting. *Australian Journal of Guidance and Counselling*, 22, 249–265.
- Longmore, M. A., Manning, W. D., & Giordano, P. (2013). Parent-child relationships in adolescence. In M. A. Fine, & F. D. Fincham (Eds.), *Handbook of family theories. A context-based approach*. New York: Routledge.
- Luyckx, K., Soenens, B., Vansteenkiste, M., Goossens, L., & Berzonsky, M. (2007). Parental psychological control and dimensions of identity formation in emerging adulthood. *Journal of Family Psychology*, 21, 546–550. doi:10.1037/0893-3200.21.3.546
- Madigan, S., Atkinson, L., Laurin, K., & Benoit, D. (2013). Attachment and internalizing behavior in early childhood: A meta-analysis. *Developmental Psychology*, 49, 672–689.

- Main, M., & Solomon, J. (1990). Procedures for identifying infants as disorganized/disoriented during the Ainsworth Strange Situation. In M. T. Greenberg, D. Cicchetti, & E. M. Cummings (Eds.), *The John D. and Catherine T. MacArthur Foundation series on mental health and development. Attachment in the preschool years: Theory, research, and intervention* (pp. 121-160). Chicago, IL, US: University of Chicago Press.
- Marshall, W. L., Serran, G. A., & Cortoni, F. A. (2000). Childhood attachments, sexual abuse, and their relationship to adult coping in child molesters. *Sexual Abuse: Journal of Research and Treatment*, 12(1), 17-26. doi:10.1177/107906320001200103
- Matos, P. M., & Costa, M. E. (1996). Vinculação e processos desenvolvimentais nos jovens e adultos. *Cadernos de Consulta Psicológica*, 12, 45-54.
- McCarthy, G., & Maughan, B. (2010). Negative childhood experiences and adult love relationships: The role of internal working models of attachment. *Attachment & Human Development*, 12, 445-461. doi:10.1080/14616734.2010.501968
- McLaughlin, K. A., Zeanah, C. H., Fox, N. A., & Nelson, C. A. (2012). Attachment security as a mechanism linking foster care placement to improved mental health outcomes in previously institutionalized children. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, and Allied Disciplines*, 53(1), 46–55. doi:10.1111/j.1469-7610.2011.02437.x
- McWilliams, L. A., & Bailey, S. J. (2010). Associations between adult attachment ratings and health conditions: Evidence from the National Comorbidity Survey Replication. *Health Psychology*, 29(4), 446-453. doi:10.1037/a0020061
- Mendonça, M., Andrade, C., & Fontaine, A. (2009). Transição para a idade adulta e adultez emergente: Adaptação do questionário de marcadores da adultez junto de jovens portugueses. *Psychologica*, (51), 147-168. doi: 10.14195/1647-8606_51_10
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. New York: Guilford Press
- Mikulincer, M., Florian, V., Cowan, P.A., & Cowan, C.P. (2002). Attachment security in couple relationships: A systemic model and its implications for family dynamics. *Family Process*, 41, 405-434. doi: 10.1111/j.1545-5300.2002.41309.x

- Monteiro, S., Tavares, J., & Pereira, A. (2007). Relação entre vinculação, sintomatologia psicopatológica e bem-estar em estudantes do primeiro ano do ensino superior. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 8(1), 83-93.
- Mota, C.P., & Rocha, M. (2012). Adolescência e jovem adultícia: Crescimento pessoal, separação-individuação e o jogo das relações. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 28(3), 357-366. doi:10.1590/S0102-37722012000300011
- Murdock, N. L., & Gore, P. (2004). Stress, coping, and differentiation of self: A test of Bowen theory. *Contemporary Family Therapy: An International Journal*, 26, 319–335. doi:10.1023/B:COFT.0000037918.53929.18
- Nelson, M. K. (2010). *Parenting out of control: Anxious parents in uncertain times*. New York, NY: New York University Press.
- O'Connor, M., Sanson, A.V., Toumbourou, J.W., Norrish, J., & Olsson, C.A. (2017). Does positive mental health in adolescence longitudinally predict healthy transitions in young adulthood?. *Journal of Happiness Studies*, 18 (1), 177-198. doi:10.1007/s10902-016-9723-3
- Odenweller, K. G., Booth-Butterfield, M., & Weber, K. (2014). Investigating helicopter parenting, family environments, and relational outcomes for Millennials. *Communication Studies*, 65, 407-425. doi:10.1080/10510974.2013.811434
- Padilla-Walker, L. M., & Nelson, L. J. (2012). Black hawk down? Establishing helicopter parenting as a distinct construct from other forms of parental control during emerging adulthood. *Journal of Adolescence*, 35, 1177–1190. doi:10.1016/j.adolescence.2012.03.007
- Papalia, D. E., & Feldman, R. D. (2013). *Desenvolvimento humano* (12ª ed.). Porto Alegre: AMGH Editora Lda.
- Parkes, C.M., Stevenson-Hinde, J., & Marris, P. (Eds.) (2004). *Attachment across the life cycle*. New York: Routledge.
- Peleg-Popko, O. (2005). The relation between differentiation and social anxiety: What can be learned from students and their parents? *American Journal of Family Therapy*, 33(2), 167–183. doi:10.1080/01926180590921403.

- Petrogiannis, K. (2011). Conceptions of the transition to adulthood in a sample of Greek higher education students. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 11(1), 121-137.
- Prioste, A., Tavares, P., & Magalhães, E. (2019). Tipologias de funcionamento familiar: Do desenvolvimento identitário à perturbação emocional na adolescência e adultez emergente. *Análise Psicológica*, 2(XXXVII), 173-192. doi:10.14417/ap.1534.
- Rainey, A. (2006). Survey provides further evidence of high parental involvement with college students. *Higher Education Journal*, 39-43.
- Reed, K., Duncan, J.M., Lucier-Greer, M., Fixelle, C., & Ferraro, A.J. (2016). Helicopter parenting and emerging adult self-efficacy: Implications for mental and physical health. *Journal of Child and Family Studies*, 25, 3136–3149. doi:10.1007/s10826-016-0466-x
- Reilly, S., & Semkovska, M. (2018). An examination of the mediatory role of resilience in the relationship between helicopter parenting and severity of depressive symptoms in Irish university students. *Adolescent Psychiatry*, 8(1), 32-47. doi:10.2174/2210676608666180508130224
- Rosenthal, N. L., & Kobak, R. (2010). Assessing adolescents' attachment hierarchies: Differences across developmental periods and associations with individual adaptation. *Journal of Research on Adolescence*, 20(3), 678–706. doi:10.1111/j.1532-7795.2010.00655.x
- Rutter, M. (1971). Parent-child separation: Psychological effects on the children. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 12, 233-260.
- Scabini, E., Marta, E., & Lanz, M. (2006). *The transition to adulthood and family relations: An intergenerational perspective*. London: Psychology Press.
- Schiffrin, H. H., Liss, M., Miles-McLean, H., Geary, K. A., Erchull, M. J., & Tashner, T. (2013). Helping or hovering? The effects of helicopter parenting on college students' well-being. *Journal of Child and Family Studies*, 23, 548-557. doi:10.1007/s10826-013-9716-3

- Segrin, C., Woszidlo, A., Givertz, M., & Montgomery, N. (2013). Parent and child traits associated with overparenting. *Journal of Social and Clinical Psychology, 32*, 569–595.
- Segrin, C., Woszidlo, A., Givertz, M., Bauer, A., & Murthy, M.T. (2012). The association between overparenting, parent-child communication, and entitlement and adaptative traits in adult children. *Family Relations, 61*(2), 237-251. doi:10.1111/j.1741-3729.2011.00689.x
- Seiffe-Krenke, I. (2006). Leaving home or still in the nest? Parent-child relationships and psychological health as predictors of different leaving home patterns. *Developmental Psychology, 42*(5), 864-876. doi:10.1037/0012-1649.42.5.864
- Sharma, A., & Sarna, S. (2018). Is parental attachment transforming parents to helicopter parents? *Global Journal for Research Analysis, 7*(5), 13-15.
- Shaver, P.cR. and Mikulincer, M. (2002) Attachment-related psychodynamics. *Attachment & Human Development, 4*, 133-161. doi: 10.1080/14616730210154171
- Sigelman, C. K., & Rider, E. A. (2018). *Life-span human development* (9th ed.). Boston: Cengage Learning.
- Silva, M.G., & Costa, M.E. (2004). Vinculação aos pais e ansiedade em jovens adultos. *Psicologia, 18*(2), 9-32. doi: 10.17575/rpsicol.v18i2.428
- Simpson, J. A., Collins, W. A., Tran, S., & Haydon, K. C. (2007). Attachment and the experience and expression of emotions in romantic relationships: A developmental perspective. *Journal of Personality and Social Psychology, 92*, 355–367.
- Skowron, E. A. (2004). Differentiation of self, personal adjustment, problem solving, and ethnic group belonging among persons of color. *Journal of Counseling & Development, 82*, 447-456.
- Skowron, E. A., & Friedlander, M. L. (1998). The Differentiation of Self Inventory: Development and initial validation. *Journal of Counseling Psychology, 45*(3), 235–246. doi:10.1037/0022-0167.45.3.235.
- Skowron, E. A., Wester, S. R., & Azen, R. (2004). Differentiation of self mediates college stress and adjustment. *Journal of Counseling & Development, 82*, 69-87.

- Soares, I. (2000). *Psicopatologia do desenvolvimento: Trajectórias (in)adaptativas ao longo da vida*. Coimbra: Quarteto.
- Soares, I. (2009). *Relações de vinculação ao longo do desenvolvimento: Teoria e avaliação*. Psiquilíbrios Edições.
- Somers, P., & Settle, J. (2010). The helicopter parent: Research towards a typology. *College and University*, 86(1), 18-27.
- Spokas, M., & Heimberg, R. G. (2009). Overprotective parenting, social anxiety, and external locus of control: Cross-sectional and longitudinal relationships. *Cognitive Therapy and Research*, 33, 543–551. doi:10.1007/s10608-008-9227-5.
- Sroufe, L. A. (2000). Early relationships and the development of children. *Infant Mental Health Journal*, 21(1-2), 67-74. doi:10.1002/(SICI)1097-0355(200001/04)21:1/2<67::AID-IMHJ8>3.0.CO;2-2
- Sroufe, L. A. (2005). Attachment and development: A prospective, longitudinal study from birth to adulthood. *Attachment & Human Development*, 7, 349-367. doi:10.1080/14616730500365928
- Sroufe, L.A. (1997). Psychopathology as an outcome of development. *Development and Psychopathology*, 9(2), 251-68.
- Staudt, A. C. P. & Wagner, A. (2008). Paternidade em tempos de mudança. *Psicologia, Teoria e Prática*, 10 (1), 174-185.
- Strauss, V. (2006, 21 de março). Putting parents in their place outside class. *The Washington Post*. Disponível em: http://www.Washingtonpost.com/wpdn/content/article/2006/03/20/AR2006032001167_pf.html.
- Tanner, J. L. (2006). Recentering during emerging adulthood: A critical turning point in the life span human development. In J. Arnett & L. Tanner (Eds). *Emerging adulthood in America: Coming of age in the 21st Century* (pp. 21-55). Washington, DC. American Psychological Association.

- Ungar, M. (2009). Overprotective parenting: Helping parents provide children the right amount of risk and responsibility. *American Journal of Family Therapy*, 37(3), 258-271. doi: 10.1080/01926180802534247
- van Ingen, D. J., Freiheit, S. R., Steinfeldt, J. A., Moore, L. L., Wimer, D. J., Knutt, A. D., & Roberts, A. (2015). Helicopter parenting: The effect of an overbearing caregiving style on peer attachment and self-efficacy. *Journal of College Counseling*, 18, 7–20. doi:10.1002/j.2161-1882.2015.00065.x
- van Ingen, D. J., Freiheit, S. R., Steinfeldt, J. A., Moore, L. L., Wimer, D. J., Knutt,...& Roberts, A. (2015). Helicopter parenting: The effect of an overbearing caregiving style on peer attachment and self-efficacy. *Journal of College Counseling*, 18, 7-20. doi:10.1002/j.2161-1882.2015.00065.x
- Vieira, A., & Rava, P. (2012). Ninho cheio: Perspectivas de pais e filhos. *Psicologia: Teoria e Prática*, 14, 8496.
- Vinuto, J. (2014). A amostragem em bola de neve na pesquisa qualitativa: Um debate em aberto. *Temáticas*, 22 (44), 203-220.
- Wallin, D.J. (2007). *Attachment in psychotherapy*. New York: The Guilford Press
- Waters, E., Hamilton, C. E., & Weinfield, N. S. (2000). The stability of attachment security from infancy to adolescence and early adulthood: General introduction. *Child Development*, 71, 678-683. doi:10.1111/1467-8624.00175
- Weiss, R. S. (1991). The attachment bond in childhood and adulthood. In C. M. Parkes, J. Stevenson-Hinde, & P. Marris (Eds.), *Attachment across the life cycle* (pp. 66-76). New York: Tavistock/Routledge.
- Willoughby, B. J., Hersh, J. N., Padilla-Walker, L. M., & Nelson, L. J. (2015). “Back off”! Helicopter parenting and a retreat from marriage among emerging adults. *Journal of Family Issues*, 36(5) 669–692. doi:10.1177/0192513X13495854
- Zhao, W., Young, R. E., Breslow, L., Michel, N. M., Flett, G. L., & Goldberg, J. O. (2015). Attachment style, relationship factors, and mental health stigma among adolescents. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 47(4), 263–271. doi:10.1037/cbs0000018

ANEXOS

Anexo I:

Consentimento informado – Adultos emergentes

TERMO DE CONSENTIMENTO INFORMADO

A Escola de Psicologia e Ciências da Vida da Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias (EPCV, ULHT) está a desenvolver um estudo sobre os comportamentos dos pais com filhos adultos. O estudo está sob a coordenação da Professora Doutora Ana Prioste (EPCV, ULHT).

Se tem entre 18 e 30 anos e pretender colaborar connosco, por favor, leia atentamente as informações abaixo:

QUAIS SÃO OS OBJECTIVOS DO ESTUDO?

É um projecto de investigação que pretende descrever e compreender o impacto dos comportamentos parentais no bem-estar dos filhos na adultez emergente (18-30 anos).

SE ACEITAR PARTICIPAR, O QUE ME É PEDIDO?

Pedimos-lhe que preencha um conjunto de questionários. Este preenchimento poderá levar cerca de 30 minutos.

QUAL A VANTAGEM DE PARTICIPAR?

A informação recolhida e analisada após o preenchimento dos questionários permitirá contribuir para o avanço do conhecimento sobre a relação entre as variáveis em estudo, ajudando-nos a prevenir e intervir mais eficazmente.

SOU OBRIGADO/A A PARTICIPAR?

A sua participação é voluntária. O preenchimento dos questionários poderá ser interrompido a qualquer momento.

QUEM TEM ACESSO AOS DADOS?

Os dados recolhidos são anónimos e confidenciais. Apenas os elementos da equipa de investigação têm acesso aos dados. Os dados serão tratados como um todo e não individualmente, e a sua eventual publicação só poderá ter lugar em revistas da especialidade.

SE PRECISAR DE MAIS INFORMAÇÕES, COM QUEM DEVO CONTACTAR?

Por favor, contacte com a responsável, Ana Prioste, para o e-mail ana.prioste@ulusofona.pt

Declaro ter tomado conhecimento dos objetivos do estudo e da participação que me é solicitada, **participando voluntariamente**. Concordo ainda que os dados sejam **trabalhados anónima e coletivamente** pelas investigadores responsáveis, no âmbito dos objectivos a que este estudo se dirige.

Rubrica: _____

Data: _____